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

PRATEEK DAILY

प्रतीक

राष्ट्रिय 'क' वर्ग

दैनिक

eprateekdaily.com

अधिकृत बिक्रेताः
महाकाली इन्टरनेशनल प्रा.लि.
मुर्ली, वीरगंज-१३, पर्सा
मो: ९८५५०२२५८०

❖ वर्ष ३५ ❖ २०७९ जेठ १४ गते शनिवार // मृत भस्म नबन्दैमा झिल्को भैकन बल्नुछ // 2022 May 28 Saturday ❖ मूल्य ५/- ❖ पृष्ठ सङ्ख्या ६ ❖ अङ्क २६९

नवनिर्वाचित नगरप्रमुखद्वारा जनमन छुने काम

प्रस, वीरगंज, १३ जेठ/

नवनिर्वाचित वीरगंज महानगरका

घण्टाघर–आदर्शनगर सडक बन्दै र वीरगंजको सरसफाइ अनुगमन गर्दै नवनिर्वाचित नगरप्रमुख सिंह । तस्वीरः प्रतीक

नगरप्रमुख राजेशमान सिंहले बिहीवार राति पदभार ग्रहण गरेपछि शुक्रवार बिहानै वीरगंजका केही क्षेत्रको निरीक्षण गरेका छन् ।

वीरगंज मेनरोड आदर्शनगर, माईस्थानलगायत क्षेत्रमा सरसफाइ, शङ्कराचार्यद्वारको सौन्दर्यीकरण अवस्थालगायतको निरीक्षण गरेका हुन् । नवनिर्वाचित नगरप्रमुख सिंहले सरसफाइसम्बन्धी कार्यमा तदारुकता देखाउन सम्बन्धित ठेकेदारलाई निर्देशन दिएका छन् । उनले महानगरको सफाइमा ढिलासुस्ती सहन नसक्ने बताए । उनले महानगरका कर्मचारी र ठेकेदारका कर्मचारीहरूलाई सरसफाइ कार्यमा गम्भीर हुन निर्देशन दिए । नगरप्रमुखमा सिंह निर्वाचित हुने पक्कापक्की भएपछि वीरगंज महानगरको फोहर उठाउने काममा तीव्रता आएको थियो । स्वयं नगरप्रमुख सिंहले शपथग्रहणमा आफू निर्वाचित भएलगत्तै घरनजीक सरसफाइ तीव्र भएको र सरसफाइकर्मी पनि खटेको बताए । उनले नगरप्रमुखको घर क्षेत्र सरसफाइ गरेर वीरगंजको सरसफाइ नहुने भन्दै आम मानिसको घर अगाडि पनि सफाइ गर्न निर्देशन दिएका थिए । अहिले वीरगंजमा रात्रिकालीन सफाइ पनि शुरू भएको छ । राति ११ बजेसम्म बजार क्षेत्र र मेनरोडका फोहरहरू सङ्कलन तीव्र गतिले भइरहेको छ जसले गर्दा वीरगंजमा अहिले पहिलेजस्तो फोहरहरू यत्रतत्र देख्न पाइँदैन ।

नगरप्रमुख सिंहले अनुगमनको क्रममा रजतजयन्ती चोकस्थित महानगरको सवारी कर डिपो हटाएका छन् । सडक विभागको क्षेत्रमा महानगरपालिकाले सवारी कर डिपो राखेर कर सङ्कलन गर्न नमिल्ने भन्दै उनले डिपो हटाउनुको साथै त्यहाँका बिलहरू नियन्त्रणमा लिएका थिए । रजतजयन्तीलगायत महानगरको श्रीसिया सुक्खा बन्दरगाह, परवानीपुरलगायत क्षेत्रमा महानगरको सडक नभए पनि ठेकेदारले अनधिकृत सवारी कर असुली गर्दै आएको छ । यस अघि यस सम्बन्धमा थुप्रै उजूरीहरू परे पनि महानगर मौन थियो ।

यसैगरी नगरप्रमुख सिंहले चौबीस घण्टाभित्र वीरगंजमा परिवर्तनको अनुभूति गराउने घोषणा गरे अनुरूप घण्टाघर, माईस्थान सडकको मरम्मत शुरू गराएका छन् । पछिल्लो समय यो सडकखण्ड लामो समयदेखि बिग्रेको कारण नगरवासीले निकै आलोचना गरेका थिए ।

निवर्तमान नगरप्रमुख विजय सरावगीले घण्टाघर, पावरहाउस फोर लेन सडक बनाउँदा सडक विभागले आफ्नो क्षेत्रमा सडक बनाएको दाबी गरेको र महालेखा परीक्षकले उक्त रकम बेरूजु गरेको भन्दै घण्टाघर, माईस्थान सडकखण्ड सडक विभाग अन्तर्गत परेको भनेर मरम्मत गर्न नसकिएको बाध्यता जाहेर गरेका थिए तर नवनिर्वाचित नगरप्रमुख सिंहले सबैभन्दा पहिले यही बाट मरम्मत काम शुरू गरेका छन् । उनी निर्वाचित भएलगत्तै सो ठाउँमा खानेपानीले फुटेको पाइप मरम्मत गरेको थियो भने सिंहले सडक मरम्मतको लागि एक्साभेटर डोजर लगाएर काम शुरू गराएका छन् ।

ज्येष्ठ नागरिकसम्बन्धी दुई दिने कार्यशाला गोष्ठी

प्रस, वीरगंज, १३ जेठ/

महिला बालबालिका युवा तथा खेलकूद मन्त्रालय मधेस प्रदेशको आयोजना तथा महिला बालबालिका तथा राष्ट्रिय ज्येष्ठ नागरिक महासङ्घ ललितपुरको समन्वयमा जनकपुरधाममा ज्येष्ठ नागरिकसम्बन्धी नीति तथा कार्यक्रम तर्जुमा प्रदेशस्तरीय दुई दिने कार्यशाला गोष्ठी सम्पन्न भएको छ ।

गोष्ठीको उद्घाटन गर्दै मन्त्रालयका सचिव केशव विमलीले मधेस प्रदेश ज्येष्ठ नागरिकमैत्री भएको बताए । उनले ज्येष्ठ नागरिकहरूको सम्बन्धमा मधेस सरकारले कार्यविधि निर्माण गरेको जानकारी गराएका थिए । राष्ट्रिय ज्येष्ठ नागरिक महासङ्घका अध्यक्ष छत्र प्रधानको अध्यक्षतामा भएको गोष्ठीमा मधेस प्रदेशका ८ जिल्लाका ज्येष्ठ नागरिक सङ्घका पदाधिकारी सदस्यहरूको सहभागिता थियो ।

उद्घाटन कार्यक्रमको सञ्चालन ज्येष्ठ नागरिक महासङ्घका सदस्य सूर्यप्रसाद श्रेष्ठले गरेका थिए । उपाध्यक्ष शारदादेवी चन्दले स्वागत गरेको कार्यक्रममा धनुषा जिल्लाका कार्यवाहक

तस्वीरः प्रतीक

अध्यक्ष कलाधर झा, प्रदेशका पूर्व ज्येष्ठ नागरिक सचिव रामचरित्र ठाकुरलगायत पर्साका अध्यक्ष जगदीशप्रसाद शर्माले ज्येष्ठ नागरिकको सामाजिक सुरक्षा विषयमा आआफ्नो धारणा प्रस्तुत गर `का थिए ।

भोलिपल्ट जेठ १२ गते पनि गोष्ठीलाई निरन्तरता दिँदै ज्येष्ठ नागरिकहरूको दुई समूह बनाई व्यापक छलफलपश्चात् निष्कर्ष निकालिएको थियो । सो निष्कर्ष कार्यान्वयनको लागि सरकारसम्म पठाउने बताइएको छ ।

ज्येष्ठ नागरिक समन्वय समिति कार्यविधिसम्बन्धी गोष्ठी

प्रस, वीरगंज, १३ जेठ/

महिला बालबालिका युवा तथा खेलकूद मन्त्रालय मधेस प्रदेशको आयोजना तथा मधेस प्रदेशका आठै जिल्लाका ज्येष्ठ नागरिक सङ्घका प्रतिनिधिहरु सम्मिलित प्रदेशस्तरीय ज्येष्ठ नागरिक समन्वय समिति गठनसम्बन्धी कार्यविधि निर्माण गोष्ठी सम्पन्न भएको छ ।

जनकपुरधाममा सम्पन्न कार्यविधि निर्माणसम्बन्धी गोष्ठीबारेमा मन्त्रालयकी अधिकृत निर्मला मिश्रले सहभागीहरूलाई जानकारी गराएकी थिइन् । मन्त्रालयका सचिव केशव विमलीको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा ८ जिल्लाका सहभागीहरूबीच कार्यविधिबारे छलफल गराएर सुझाव सङ्कलन गरिएको थियो । सो गोष्ठीमा राष्ट्रिय ज्येष्ठ नागरिक महासङ्घका पदाधिकारीहरूको पनि उपस्थिति थियो ।

तदर्थ समिति गठन

यसैबीच मधेस प्रदेश ज्येष्ठ नागरिक महासङ्घ गठन गर्नका लागि तदर्थ समिति गठन भएको छ । ज्येष्ठ नागरिक सङ्घ, पर्साका अध्यक्ष जगदीश शर्माको संयोजकत्वमा मधेस प्रदेशका सात जिल्लाका सभापतिहरू सदस्य रहनेगरी तदर्थ समिति गठन भएको छ । समितिले आगामी बैठकमा महिला तथा अन्य क्षेत्रका प्रतिनिधि राखी समावेशी बनाउने निर्णय भएको थियो ।

तदर्थ समितिलाई मधेस प्रदेश ज्येष्ठ नागरिक महासङ्घको विधान बनाई संस्था दर्ता गराएर साधारणसभाबाट औपचारिक प्रदेश महासङ्घ गठन गर ाउने जिम्मेवारी दिइएको छ ।

न्यूनतम पारिश्रमिक नपाएको पर्सेली पत्रकारहरूको गुनासो

प्रस, वीरगंज, १३ जेठ/

न्यूनतम पारिश्रमिक निर्धारण

तस्वीरः प्रतीक

समितिले शुक्रवार वीरगंजमा आयोजना गरेको अन्तर्क्रियामा पर्सेली पत्रकारहरूले सरकारले निर्धारण गरेको न्यूनतम पारिश्रमिक नपाएको गुनासो गरेका छन् ।

श्रमजीवी पत्रकार ऐन कार्यान्वयनको अवस्था, चुनौती र भावी रणनीति विषयक अन्तर्क्रियामा सहभागी पर्सेली पत्रकारहरूले सरकारले पत्रकारहरूको न्यूनतम पारिश्रमिक निर्धारण गरेपनि पर्सामा रहेका सञ्चारगृहमा कार्यरत पत्रकारहरूले सो अनुरूप सेवा सुविधा नपाएको गुनासो गरे । उनीहरूले न्यूनतम पारिश्रमिक नपाउँदा सेवामा टिकिरहन समस्या भइरहेको बताए । पत्रकारहरूले न्यूनतम पारिश्रमिक निर्धारण समितिले यसबारे छलफल, अन्तर्क्रिया गर्ने तर कार्यान्वयन भने नहुने गरेको गुनासो गरे । उनीहरूले औपचारिकता पूरा गर्नको लागि मात्र कार्यक्रम गर्नु दुःखद भएको बताएका थिए ।

छलफल अन्तर्क्रियाको ठोस उपलब्धि नहुन्जेल पत्रकारहरूमा नैराश्यता बढ्ने भन्दै उनीहरूले अन्तर्क्रिया, गोष्ठीबाट आएका समस्या क्रमशः समाधान गर्दै जानुपर्ने सुझाव दिए । उनीहरूले यस्ता समस्या सम्बन्धित निकाय, सञ्चारगृह, नेपाल सरकारमा पुऱ्याएर कार्यान्वयन गराउन पहल गर्न आग्रह गरे । पर्सेली पत्रकार आरके पटेल, क्रान्ति साह, दीपक गौतम, सुरेश बिंडारी, माधुरी महतो, विजय भण्डारीलगायतले समस्याबारे कुरा उठान गरेका थिए ।

समितिका सदस्य विमला पाण्डेले कार्यक्रममा उठेका कुराहरू समाधान गर्नेतर्फ इमानदार प्रयास गर्ने आश्वासन दिइन् । उनले पर्सेली पत्रकारहरूको समस्या, सुझाव सम्बन्धित निकायमा पुऱ्याउने र समस्या समाधानको पहल गर्ने बताइन् ।

नेपाल पत्रकार महासङ्घ, पर्साका अध्यक्ष अनुप तिवारीको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा समितिका सदस्य गोपाल तिवारी, पत्रकार महासङ्घका सचिव दीपेन्द्र चौहान, केन्द्रीय सदस्य केसी लामिछाने, प्रदेश महासचिव श्याम बन्जारालगायतले मन्तव्य व्यक्त गरेका थिए ।

दश महीनामा डेढ सय सङ्क्रमित देखिए

प्रस, वीरगंज, १३ जेठ/

विद्यार्थी जागरण मञ्च वीरगंजले

तस्वीरः प्रतीक

आज एचआइभी एड्स योजनाबारे सरोकारवालासँग छलफल गरेको छ ।

छलफलमा विजामका नीरज साहले साउनदेखि वैशाखसम्म पर्सा जिल्लामा डेढ सय सङ्क्रमित बढेको बताए । उनले एचआइभी एड्सको क्षेत्रमा विद्यार्थी जागरण मञ्च, सहयात्री समाज र नारायणी अस्पतालसमेतको गणना हेर्दा डेढ सयको हाराहारीमा सङ्क्रमित देखिएको बताएका थिए । उनले विजाम मात्रको तथ्याङ्क अनुसार सो अवधिमा ३५ जना सङ्क्रमित देखिएको बताए ।

पर्सा जिल्ला र बाहिरका समेत गरेर अहिले १ हजार ३१८ जना सङ्क्रमितको पहिचान भएको र उनीहरूलाई सोही अनुरूप उपलब्ध सेवा प्रदान गरिएको जानकारी गराएका थिए । पर्सामा मात्र ५८८ जना सङ्क्रमित रहेको साहले बताए । उनले एचआइभी सङ्क्रमित तथा लागू औषध प्रयोगकर्ताको लागि पूर्णरूपमा सरकारी सेवा उपलब्ध हुन नसकेको, उनीहरूको उपचार खर्च महँगो भएको र संस्थाको बजेटले धान्न नसकेको र बजेट अभावले उपचार नहुँदा मृत्यु भइरहेको बताए ।

लागू औषध प्रयोगकर्ताहरूलाई आयआर्जन र सीपमूलक तालीमहरू सञ्चालन गर्न नसक्दा पनि आर्थिक समस्या झेल्नुपरेको उनको भनाइ थियो । पालिकाहरूले यसबारे चिन्तनमनन गरेर बजेट विनियोजन गरेको खण्डमा सहज हुने उनले बताए । महिला यौनकर्मीहरूमा यौन रोगको समस्या बढी भइरहेको तर उनीहरू उपचारमा आउन नमान्दा समस्या झेल्नुपरेको उनले बताए ।

कार्यक्रम स्वास्थ्य कार्यालयका विनोद झाको अध्यक्षतामा भएको थियो भने नेपाल पत्रकार महासङ्घ, पर्साका पूर्वअध्यक्ष शत्रुघ्न नेपाल, राइजिङ नेपालका ज्वाला, नारायणी अस्पतालकी सरिता श्रेष्ठ, बारा प्लसका नवराज चौधरी, अवधेशप्रसाद साह, राजकुमार तामाङलगायतको सहभागिता थियो ।

छोटकरी

५१ कार्टुन चल्ला बरामद

प्रस, वीरगंज, १३ जेठ/

प्रहरीले भारतबाट अवैधरूपमा भित्र्याइएको चल्ला बरामद गरी नष्ट गरेको छ । जगरनाथपुर गाउँपालिका–२ जानकीटोलाबाट ५१ कार्टुन चल्ला बरामद गरेको प्रहरी चौकी, जानकीटोलाले जनाएको छ ।

तीनवटा भारतीय नम्बरको मोटरसाइकलमा चल्ला ल्याइरहेको बखत प्रहरीलाई देखेर मोटरसाइकल, चल्ला छाडी मानिसहरू फरार भएको पर्सा प्रहरीका प्रवक्ता ओमप्रकाश खनालले बताए । एउटा कार्टुनमा ८० वटा चल्ला रहेको र बरामद चल्ला आवश्यक कारबाईपछि नष्ट गरिने प्रवक्ता खनालले बताए ।

विचारसार र सूक्तिहरू

जीवन एउटा परीक्षा हो र धेरै मानिस यस परीक्षामा फेल हुन्छन्; किनकि अरूको नकल गर्छन्, यो थाहा नपाएर कि सबैको जीवन बाँच्ने क्रममा सबैको प्रशनपत्र अलगअलग हुन्छ ।

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
Website: www.eprateekdaily.com

अब कल्याण छैन

स्थानीय तह निर्वाचनले जनप्रतिनिधिहरूमा नयाँ अनुहार ल्याएको छ । मधेस प्रदेशका आठमध्ये पर्सा, बारा, रौतहट तीन जिल्लाको मात्रै विवरण हेर्दा पनि नयाँ अनुहारको बाहुल्य देखियो । पर्साको १४ वटा पालिकामध्ये प्रमुखमा एक जना मात्रै दोहोरिए । त्यसैगरी बारा जिल्लामा पनि १६ वटा पालिकामध्ये एउटा पालिकामा मात्रै पुरानो अनुहार दोहोरियो । उता रौतहटमा १८ वटा पालिकामध्ये १४ वटा पालिकामा परिवर्तन भएको छ । निवर्तमान प्रमुख तथा अध्यक्षहरू अधिकांशले यसपटक उम्मेदवारी पाएका थिए । सम्बन्धित राजनीतिक दलहरूले अपवादबाहेक पहिलो स्थानीय तह निर्वाचनका विजयीहरूलाई नै यसपटक पनि उम्मेदवार बनाएका थिए । तीनवटा जिल्लाको मात्रै होइन, मधेस प्रदेश तथा समग्र मुलुकको अवस्था यस्तै छ । मतदाताले जनप्रतिनिधि परिवर्तन गर्दाको परिणाम, राजनीतिक दलहरूको हिजो जितेको ठाउँमा आज हार र हिजो हारेको ठाउँमा आज जीत भएको छ । प्रमुखमा हिजो ठूलो अन्तरका साथ पहिलो स्थानमा रहेको एमाले आज दोस्रो स्थानमा झरेको छ भने हिजो दोस्रो स्थानमा रहेको काङ्ग्रेस फराकिलो सङ्ख्या अन्तरका साथ पहिलो स्थानमा पुगेको छ ।

एमाले पार्टी फुटेको कारण पराजित भएको भन्ने तर्क अस्वीकार भएको छ । हिजो काङ्ग्रेस वा माओवादीले जितेका कतिपय स्थानमा आज उनीहरू गठबन्धनमा रहँदा पनि एमालेले जितेको छ । परिवर्तिर्तित नतीजाबारे विभिन्न तर्कहरू आइरहेका छन् । 'साबिक दल त्यागेर मतदाताले पार्टी परिवर्तन गरेका, युवा उम्मेदवार रोजेका, पार्टी प्रणालीप्रति मतदातामा वितृष्णा जागेको, गठबन्धनले चुनाव प्रभावित भएको, रकमको चलखेलले चुनावमा असर परेको' लगायत विभिन्न टीका टिप्पणी तथा तर्क शुरू भएका छन् । वास्तविकता भने केही फरक छ । सम्पन्न स्थानीय तह निर्वाचनको परिणामले, मतदाता सचेत बन्दैछन् वा आफ्नो मतको महत्त्व बुझ्ने भएका छन् भन्ने सङ्केत गरेको छ । गतिलो पार्टीबाट टिकट पाए चुनाव जितिन्छ वा रकम खर्च गरे चुनाव जित्न सकिन्छ भन्ने सोचलाई मतदाताले अस्वीकार गरेका छन् । त्यसैगरी क्षेत्र वा धर्म तथा सम्प्रदायको नाममा राजनीति गर्ने, चुनाव जित्ने सोच पनि चुनाव जीतको मुख्य पक्ष नभएर यसपटक सहायक पक्षमा सीमित हुन पुग्यो ।

भर्खरै चोइटिएर सङ्गठन निर्माण गर्न नपाएका नेकपा समाजवादीले हेटौंडा, पोखरालगायत मुलुकका प्रमुख शहरहरूमा विजय हासिल गर्‍यो । पार्टी सङ्गठनभन्दा बाहिरबाट चुनाव लडेका ३८५ जना स्वतन्त्र उम्मेदवारहरूले विभिन्न पदमा विजय हासिल गरेका छन् । सोमध्ये १३ जना पालिका प्रमुख/अध्यक्ष र चारजना उपप्रमुख/उपाध्यक्ष बनेका छन् । मुलुकको राजधानी काठमाडौंमा रैथाने समुदायभित्र नपर्ने बालेन्द्र साहले सत्ता गठबन्धन र प्रमुख प्रतिपक्षीका उम्मेदवारलाई समेत ठूलो मतान्तरले पछाडि पारे । धरानमा चुनाव प्रचारको जुलूससमेत ननिकालेका हर्कराज राईलाई मतदाताले पत्याए । राजनीतिक दलहरूबाट पनि यस्ता धेरैजनाले चुनाव जितेका छन् । पालिका जनप्रतिनिधिको अघिल्लो कार्यकाल जनचाहना अनुरूप हुन नसकेको कुरा मत परिणामले प्रस्ट पारेको छ । सम्पन्न निर्वाचनको मत परिणामले अब उम्मेदवार नागरिकको समस्या र सुखदु:खमा भिजेको व्यक्ति हुनुपर्छ भन्ने सन्देश दिएको छ । जनभावना अनुरूप चल्न नचाहनेको अब कल्याण छैन ।

रूस–युक्रेन द्वन्द्व र नेपालमा यसको प्रभाव

स्वतन्त्र विचार

राजेन्द्रप्रसाद कोइराला
A Phd scholar
Koiralarp46@gmail.com

रोयटर्सको प्रतिवेदन अनुसार नेपालको कुल विदेशी मुद्रा सञ्चिति फेब्रुअरी मध्यसम्म ४९.७५ बिलियन छ, जुन गत वर्ष जुलाईको मध्यको तुलनामा १७ प्रतिशतले घटेको छ, हालको सञ्चिति करीब छ महीनाको आयात धान्न पर्याप्त हुने मात्र अनुमान गरिएको छ ।

रूस र युक्रेनबीच बढ्दो द्वन्द्वले अहिले विश्व अर्थतन्त्रमा ठूलो असर पारेको छ। तत्काल विश्वव्यापी उच्च मुद्रास्फीति, कम वृद्धि, र वित्तीय बजारमा केही अवरोध हुनेछ । वास्तविक मानवीय लागत पन्छाएर पनि युद्धमा गम्भीर आर्थिक लागतहरू छन् – पूर्वाधारमा क्षति, काम गर्ने जनसङ्ख्यामा गिरावट, विभिन्न उपभोग्य वस्तुको अभाव, अनिश्चितता, ऋणमा वृद्धि र सामान्य आर्थिक गतिविधिमा अवरोध। धेरै परिस्थितिमा युद्धले मुद्रास्फीति निम्त्याउन सक्छ – जसले मानिसहरूको बचत गुम्छ, अनिश्चिततामा वृद्धि हुन्छ र वित्तीय प्रणालीमा विश्वास हराउँछ। युद्धले प्राय: तेलको उच्च मूल्य निम्त्याउन सक्छ किनभने द्वन्द्व बढ्दै गएमा आपूर्ति व्यवस्थापन तितरबितर हुन्छ। युक्रेनमा रूसी आक्रमणले तेल र ग्याँसको मूल्यमा वृद्धि गरायो र जसले इन्धनको मूल्यमा विश्वव्यापी वृद्धि गर्नेछ । यसको प्रभावबाट नेपाल अछूतो रहनै सक्दैन जसको असर बजारमा देखिन थालिसकेको छ । रूस तेल र ग्याँसको प्रमुख आपूर्तिकर्ता भएकोले आक्रमणको प्रतिक्रियामा रूसमाथि आर्थिक प्रतिबन्धले आपूर्ति घट्न गई तेलको मूल्य अझ बढी आकाशिने छ। यसरी बढ्दो रूस–युक्रेन सङ्कटको मार नेपाली घरपरिवारले बेहोर्ने सम्भावना छ। युरोपेली क्षेत्रमा तनावले वस्तु र खाद्यान्नको मूल्य उच्च हुने सम्भावना छ। तर रूस र पूर्वी युरोपसँग नेपालको प्रत्यक्ष आर्थिक सम्बन्ध निकै कम छ। यसरी कम आर्थिक सहयोगका कारण प्रत्यक्ष प्रभाव कम देखिने छ ।

अन्तर्राष्ट्रिय मुद्रा कोषको व्यापार तथ्याङ्कको निर्देशन (डटस) अनुसार सन् २०२० मा नेपालले रूसबाट करीब ८२ करोड ४० लाख अमेरिकी डलरको आयात र २० करोड १० लाख अमेरिकी डलरको सामान निर्यात गरेको थियो भने युक्रेनबाट २०२ करोड ९२ लाख अमेरिकी डलरको सामान आयात र ०.०२ मिलियन अमेरिकी डलरको निर्यात गरेको थियो। यदि हामीले रूसको १५ जुलाई २०२० को प्रत्यक्ष लगानी हेर्छौं भने रूसबाट नेपाली रु ६९ करोड ४० लाख प्रत्यक्ष वैदेशिक लगानी (एफडिआइ) प्राप्त भएको छ जसमा ४२ विभिन्न कम्पनीमा लगानी गरी १ हजार ४६४ जनाले रोजगार पाएका छन्। यो सङ्ख्या सानो छ, त्यसकारण अर्थतन्त्रको सन्दर्भमा यसले फरक पार्दैन भन्ने ठानिएको छ र द्वन्द्वले नेपालको अर्थतन्त्रमा न्यूनतम प्रत्यक्ष प्रभाव पार्न सक्छ ।

रूसले युक्रेनमाथि आक्रमण गरेपछि युरोप र अन्तर्राष्ट्रिय बजारमा तेलको मूल्य सात वर्षकै उच्च विन्दुमा पुगेको छ। नेपालमा यसको प्रत्यक्ष प्रभाव नपरे पनि अप्रत्यक्ष असर पर्न थालिसकेको छ। भारतले अरू देशमा गहुँ र चिनी आयातमा रोक लगाइसकेको छ । सबैभन्दा ठूलो अप्रत्यक्ष असर तेलबाट आउँछ। रूस अन्तर्राष्ट्रिय तेल बजारमा एक प्रमुख खेलाडी हो, जसले प्रतिदिन लगभग १०.५ मिलियन ब्यारेल तेल आपूर्ति गर्दछ। त्यो विश्वव्यापी आपूर्तिको ११ प्रतिशतभन्दा बढी हो। विध्वंस निम्तिने बित्तिकै तेलको मूल्य बढ्नु स्वाभाविक हो । गत वर्ष प्रतिब्यारेल ४०–४२ अमेरिकी डलर र अधिकतम ७५ अमेरिकी डलर पुगेको बेला नेपालले १७५ अर्ब रुपियाँको तेल आयात गरेको थियो। त्यस बेला औसत मूल्य ६० अमेरिकी डलर थियो, अहिले सय डलरभन्दा माथि पुगेको छ। यस सन्दर्भमा नेपालको तेल आयातमा थप १०० अर्ब रुपियाँको भार पर्ने देखिन्छ जसको अप्रत्यक्ष असर नेपालको अर्थतन्त्रमा पर्ने नै छ।

अर्कोतर्फ युद्ध घोषणाको प्रत्यक्ष प्रभाव अमेरिका र उत्तर एटलान्टिक सन्धि सङ्गठन (नाटो) सदस्यहरूले युद्धलाई सहयोग गर्न पैसा खर्च गर्दा नेपाललाई प्रदान गरिने विकास सहायताको मात्रा घटने छ । युद्धका कारण भविष्यमा नेपाललाई आर्थिक विकास सहायतामा कमी आउन सक्छ ।

यस युद्धको अर्को प्रभाव यसले विश्वव्यापी आपूर्ति शृङ्खलालाई असर पार्नेछ । नेपालको अर्थतन्त्रलाई हेर्दा आयातमा निर्भर अर्थतन्त्र हो। नेपालको उपभोग मागको ४० प्रतिशतभन्दा बढी आयात हो ।

युद्धको प्रभावले विश्वव्यापी आपूर्ति शृङ्खला र फलस्वरूप विश्वव्यापी मूल्यमा असर पर्नेछ, जसले अन्तत: नेपालको अर्थतन्त्रलाई असर गर्नेछ । यसको ठूलो असर मुद्रास्फीतिबाट पर्नेछ र मुद्रास्फीतिको प्रकोपले गरीबलाई असर गर्नेछ । त्यसैगरी, रूस–युक्रेन सङ्कटले नेपालमा खाद्यान्नको मूल्यमा असर पर्न सक्छ र कच्चा तेलको मूल्यमा भएको तीव्र उछालले अर्थतन्त्रमा मुद्रास्फीति, वित्तीय जोखिम निम्त्याउने छ ।

नेपालको अर्थतन्त्रमा पर्ने असर न्यूनीकरणका लागि नेपालले निम्न क्षेत्रहरूमा ध्यान केन्द्रित गर्नुपर्छ: पेट्रोलियम पदार्थको अनावश्यक प्रयोग घटाउने र जलविद्युत् प्रवर्द्धन गर्ने । विकसित मुलुकबाट आउने विकास सहायता प्रभावित हुन नदिन आर्थिक कूटनीति थप प्रभावकारी बनाउन पनि आवश्यक छ । साथै बजारमा मुद्रास्फीतिको दबाब कम गर्न मौद्रिक र वित्तीय नीति उपकरणहरू सहीरूपमा लागू गर्नुपर्छ । उदाहरणका लागि, इन्धनको मूल्यमा अन्त:शुल्क र मूल्य अभिवृद्धि कर (भ्याट) कटौतीजस्ता वित्तीय नीति अवलम्बन गर्दै यसको असरलाई केही छिचोल्न सकिन्छ ।

नेपालले रूस वा युक्रेनसँग बलियो आर्थिक सम्बन्ध गाँसेको त छैन, तर ती दुई देशबीचको युद्धले हाम्रोजस्तो राष्ट्रको पहिले नै कमजोर अर्थतन्त्रलाई झन् कमजोर बनाउने निश्चित छ । द्वन्द्वले ल्याएको इन्धन र खाद्यान्नको मूल्यवृद्धिले नेपालको अर्थतन्त्रमा असर गरिरहेको छ, जुन पहिले नै महामारीले पर्यटनको क्षति, रेमिट्यान्समा आएको गिरावट, फराकिलो व्यापार घाटा र विदेशी मुद्रा सञ्चितिको ह्रासले कमजोर भइसकेको छ । युद्ध अघि पनि देशको आर्थिक अवस्था ठीक थिएन । पर्यटक आगमन र वैदेशिक लगानीको अवस्थामा आएको कमीले पहिले नै देशको अर्थतन्त्रको ढाड भाँचिसकेको छ र चलिरहेको द्वन्द्वले स्थिति थप बिग्रिएको छ ।

यसको अर्को ठूलो असर विद्युत् क्षेत्रमा पर्नेछ। नेपाल विद्युत् प्राधिकरणले भारतबाट ६ सय मेगावाट विद्युत् आयात गर्दै आएको छ। तर कोइलाको बढेको मूल्य र आपूर्तिमा अवरोध आएपछि भारतले नेपाललाई सहुलियत दरमा उपलब्ध गराउँदै आएको २ सय मेगावाट विद्युत् कटौती गर्न थालेको छ। त्यसैगरी नेपालले भारतलाई प्रतियुनिट ३ रुपियाँ तिर्दै आएको विद्युत् महसूल अहिले बढेर ७ रुपियाँ पुगेको छ । ऊर्जा सङ्कटका कारण भारतले विद्युत् निर्यातमा थप कटौती गरेमा नेपाल लोड शेडिङमा फर्किने खतरा छ । नेपालको विद्युत् उत्पादनको स्थापित क्षमता अहिले २,००० मेगावाट नाघेको भए पनि सुख्खा र जाडो महीनामा नदीको बहाव कम हुँदा एक तिहाईमा झर्छ । बाँकी भारतबाट आयात गरेर बढाउनुपर्छ ।

३ करोड जनसङ्ख्या भएको हाम्रो राष्ट्र चीन र भारतबीच रहेको आफ्नो इन्धनको आवश्यकता पूरा गर्न आयातमा मात्र निर्भर छ। रूसले युक्रेनमा आक्रमण गरेपछि विश्व बजारमा कच्चा तेलको भाउ बढेपछि सरकारी स्वामित्वमा रहेको तेल कम्पनी नेपाल आयल निगमले पेट्रोलियम पदार्थको मूल्यवृद्धि गरेकोगर्‍यै छ । पेट्रोलियम पदार्थको मूल्य बढ्ने बित्तिकै यसको असर सबैतिर पर्न थालिसकेको छ ।

खाद्यान्न, भटमास, पामतेल र फलामजस्ता वस्तुको मूल्य पनि बढ्न थालिसकेको छ, जसले धेरै नेपालीको जीवन कष्टकर बनाउने कुरामा दुई मत छैन। वार्षिक उपभोक्ता मूल्य–आधारित मुद्रास्फीति मार्चको मध्यमा ७.१ प्रतिशत बढ्यो र अहिले ७.९ प्रतिशत पुगिसकेको छ। जुन गत पाँच वर्षको उच्च हो ।

मूल्यवृद्धि र बढ्दो आयात बिलले व्यापार घाटा र राष्ट्रको मुद्राको मूल्यमा प्रतिकूल असर पारेको छ, यसले भुक्तानी सन्तुलनको सङ्कट निम्त्याउन सक्ने डर पैदा गरेको छ, जुन कुनै राष्ट्रले आयात वा सेवाको विदेशी ऋण भुक्तानी गर्न असमर्थ हुँदा उत्पन्न हुन्छ। आयात लागत बढेसँगै आर्थिक वर्षको पहिलो आठ महीनामा व्यापार घाटा वार्षिक ३४.५ प्रतिशतले बढेर १.१६ ट्रिलियन नेपाली रुपियाँमा पुगेको छ ।

रोयटर्सको प्रतिवेदन अनुसार नेपालको कुल विदेशी मुद्रा सञ्चिति फेब्रुअरीको मध्यसम्म ४९.७५ बिलियनमा झरेको छ, जुन गत वर्ष जुलाईको मध्यको तुलनामा १७ प्रतिशतले घटेको छ, हालको सञ्चिति करीब छ महीनाको आयात धान्न पर्याप्त हुने मात्र अनुमान गरिएको छ ।

यसैबीच विदेशबाट आउने रेमिट्यान्स – जुन नेपालको कुल गार्हस्थ्य उत्पादनको एक चौथाई छ – जुलाईको मध्यदेखि फेब्रुअरीको मध्यसम्म ५.८ प्रतिशतले घटेर ४.५३ अर्ब डलर पुगेको केन्द्रीय बैंकको तथ्याङ्कले देखाएको छ । नेपाल विश्वको पाँचौं सबैभन्दा धेरै रेमिट्यान्समा निर्भर अर्थतन्त्र हो । अनुमान अनुसार विश्वभर करीब ३० देखि ४० लाख नेपाली आप्रवासी कामदार छन् । विदेशी मुद्रा सञ्चिति जोगाउन राष्ट्र बैंकले तीन महीना अघिदेखि कार, सुन र सौन्दर्य प्रसाधनजस्ता विलासी वस्तुको आयातमा प्रतिबन्ध लगाएको छ। यसले छोटो अवधिमा विदेशी मुद्रा सञ्चितिमा सुधार ल्याउन सहयोग प्राप्त हुन सक्छ। तर यो समस्यालाई सम्बोधन गर्ने दिगो तरीका होइन ।

नेपालले आर्थिक वर्ष २०७८–७९ को ७ प्रतिशत जिडिपी वृद्धि गर्ने लक्ष्य गुमाउने सम्भावना रहेको राष्ट्र बैंकका अधिकारीहरूले पहिले नै ठोकुवा गरिसकेका छन्।

राष्ट्रिय योजना आयोगका पूर्व उपाध्यक्ष गोविन्दराज पोखरेल भन्छन्– "अहिलेका समस्याहरू सम्पत्ति निर्माणमा लगानी गर्न नसक्नुको कारण हो", उनी थप्छन्–"सन् १९९० को दशकको प्रारम्भिक आर्थिक सुधारहरूदेखि, क्रमिक सरकारहरू सम्पत्ति निर्माणमा लगानी गर्न असफल भएका छन् र अर्थतन्त्र चलाउन रेमिट्यान्सको सजिलो प्रवाह र आयात शुल्कमा भर परेका छन्।"

हालैका हप्ताहरूमा गम्भीर आर्थिक उथलपुथलले ग्रस्त श्रीलङ्कासाग नेपालको आर्थिक सङ्कटको तुलना गरिएको छ । व्यापक विरोध प्रदर्शन र राष्ट्रपति गोटाबाया राजापाक्षेलाई राजीनामा दिन आह्वान गरेको टापू राष्ट्र, अत्यधिक बाह्य ऋणको भार र विदेशी मुद्रा सञ्चितिको कमीको बीच सम्पूर्णरूपले डिफल्टको सुरूङभित्र फसिसकेको अवस्था छ। कति मन्त्री र नेताहरूको घर जलाइएको छ, कति देश छाडेर भागीसके ।

"श्रीलङ्काको वर्तमान अवस्थासँग तुलना गर्दा नेपाल पनि त्यो बाटोमा हिंडिरहेको त छैन"– यस अघि श्रीलङ्काका लागि नेपाली राजदूत भएर काम गरिसकेका एक राजदूतको भनाइ हो यो। अलिकति धेरै रेमिट्यान्स र विदेशी पर्यटक भित्र्याएर निर्यात र स्थानीय उत्पादन बढाउन सकेमा देशको स्थिति व्यवस्थापन गर्न सकिन्छ।

अन्त्यमा, युद्ध जति लम्बिंदै जान्छ र प्रतिबन्धहरू कडा हुँदै जान्छन्, नेपाललगायत विश्वभरका अर्थतन्त्रहरूमा डोमिनो प्रभाव (एउटाले गर्दा सबैतिर पर्ने असर) पार्दै मूल्यहरू उति नै उच्च हुने अपेक्षा गरिन्छ।

घट्ला पेट्रोलियम पदार्थमा लाग्दै आएको पूर्वाधार कर ?

काठमाडौं, १३ जेठ/रासस

सरकारले पेट्रोलियम पदार्थमा लाग्दै आएको पूर्वाधार कर हटाउने तयारी गरेको छ। रूस र युक्रेन युद्धको बाछिटा अन्तर्राष्ट्रिय बजारमा पर्दा इन्धनको मूल्यमा उच्च वृद्धि भएपछि सरकारले आन्तरिक बजारमा परेको चाप कम गर्न पूर्वाधार कर हटाउने निर्णय गरेको हो ।

मन्त्रिपरिषद्को यही जेठ १० गतेको बैठकले कर समायोजन गर्ने सैद्धान्तिक निर्णय गरेको छ । प्रतिनिधिसभाको आजको बैठकमा उद्योग, वाणिज्य तथा आपूर्तिमन्त्री दिलेन्द्रप्रसाद बडूले पेट्रोलियम पदार्थमा लाग्दै आएको कर समायोजन गर्ने विषयमा मन्त्रिपरिषद्ले सैद्धान्तिक निर्णय गरेको जानकारी दिएका छन् ।

अघिल्लो सरकारले पूर्वाधार विकासमा जोड दिने भन्दै इन्धनमा प्रतिलिटर रु १० बराबर कर उठाउने निर्णय गरेको थियो। शुरूमा बूढीगण्डकी जलविद्युत् आयोजनाका लागि प्रतिलिटर रु पाँचका दरले कर उठाइएको थियो। तत्कालीन सरकारको निर्णय अनुसार अर्थमन्त्री डा युवराज खतिवडाले पूर्वाधार विकासका लागि प्रतिलिटर रु पाँच थप कर उठाउने निर्णय गरेका थिए ।

बूढीगण्डकीको नाममा मात्रै सरकारले रु ७० अर्ब बढी सङ्कलन गरिसकेको छ। पूर्वाधार करका नाममा उठेको रकम सोझै सरकारको राजस्व खातामा जम्मा हुने गरेको छ ।

मन्त्रिपरिषद्ले कर समायोजनका सम्बन्धमा निर्णय गरेको भए पनि अर्थ मन्त्रालयले आवश्यक निर्णय गर्नुपर्नेछ । अर्थ मन्त्रालयले त्यस सम्बन्धमा विचार गरिरहेको मन्त्री बडूको भनाइ छ। नेपाल आयल निगमले हाल पेट्रोल प्रतिलिटर रु १८० मा बिक्री गरिरहेको छ ।

लगातार मूल्यवृद्धि भएको भन्दै सरकारको चौतर्फी आलोचना भइरहेको छ। मन्त्री बडूले भने आन्तरिक कारणले नभई अन्तर्राष्ट्रिय कारणले पेट्रोलियम

(बाँकी अन्तिम पातामा)

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

वाटिका

वर्ष-३५ २०७९ जेठ १४ गते शनिवार 2022 May 28 Saturday

जीवनी र यात्राको संयोजन भएको रोचक कृति

स्वान्तः सुखाय

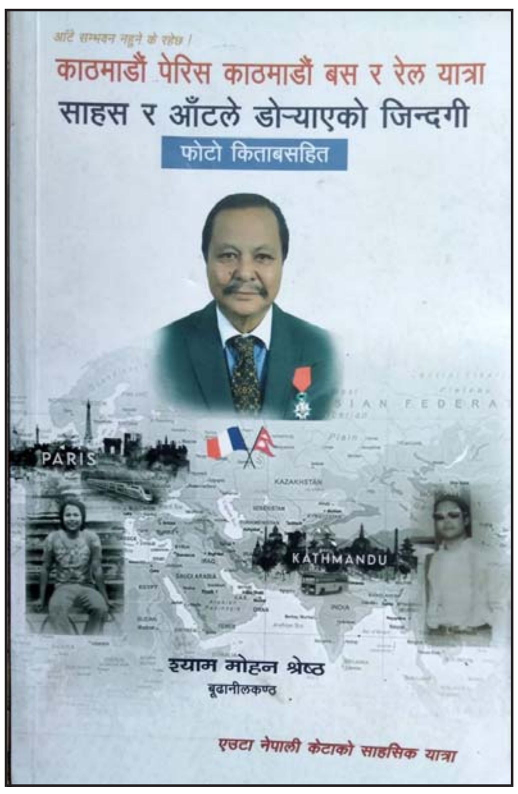
सञ्जय मित्र

mitrasanjay41@gmail.com

मुख्यगरी काठमाडौं र अमेरिकामा ठेगाना भएका श्याममोहन श्रेष्ठको काठमाडौं-पेरिस-काठमाडौं बस र रेल यात्रा, साहस र आँटले डोऱ्याएको जिन्दगी (फोटो किताबसहित) पुस्तक प्रकाशित छ। कृतिका लेखक नै कृतिका प्रकाशक हुन्। यो संस्मरणात्मक कृति हो तथा निजी इतिहास हो र जीवनमा सिकेका अनुभवरूको सार हो।

काठमाडौंमा जन्मेका लेखक एक ठाउँमा भन्छन् – धरातलमा बस्दा मान्छे, जानीनजानी अनेक सुकर्म र दुष्कर्म गर्न पुग्ने रहेछ। शायद यो प्रकृतिबाट मानव जातिको सृजनासँगै आएको पनि हुन सक्छ।

२००४ मा जन्मेका लेखक पढाइमा अलिकति पनि मन लगाउँदैनथे। पढाइमा कमजोर भएको स्वीकार गर्दछन्। आफ्ना बाल्यकालका पढाइ र अन्य गन्थनहरू अत्यन्त इमानदारीका साथ प्रस्तुत गरेका छन्। काठमाडौंमा पढ्ने लक्षण नभएपछि अभिभावकले भीमफेदीमा नाम लेखाइदिएको र रहने-बस्ने व्यवस्था मिलाइदिएको कुरो पनि धेरै रोचक छ। उनी लेख्छन् – पढाइभन्दा मेरो मन फेरि घुमफिरमैं रमायो।



युवावस्थामैं नेपालमा क्यासिनोमा जागीर खान पुगेका लेखकको जीवनले यहींबाट अर्को मोड लिन्छ। सामान्य मानिसले कल्पना गर्न नसक्ने, साहस भनूँ वा दुस्साहस गर्न नसक्ने विशिष्टस्तरको कामको थालनी लेखकले गर्न पुगेका छन्। सामान्य मानिसले कल्पनै गर्न नसक्ने यात्राको थालनी हुन्छ, जसलाई भनिएको छ – साहसिक यात्रा : काठमाडौं-पेरिस-काठमाडौं। साहित्यिक दृष्टिकोणले यस कृतिको मूल भावभूमि यही हो।

घरबाट एक्लै अनन्त यात्रामा जस्तै निस्केको एक यायावरको गन्तव्य त अमेरिका हो तर यात्राभित्रका सबै कुरा अनिश्चित नै हुन्छ। कहाँ बस्ने, कहाँ खाने, कहाँ कहिले पुग्ने भन्ने कुरो परिस्थितिले निर्धारण गर्नुपर्ने हुन्छ। यति हुँदाहुँदै पनि पर्याप्त रकम आफूसित छैन।

भनिन्छ – जहाँ चाह त्यहाँ राह। जे जस्तो परिस्थिति आउँदै जान्छ, लेखक परिस्थितिसित पौंठाजोरी खेल्दै, कतै समस्याका जँघारहरू तर्दै यात्रालाई अगाडि बढाइरहेका छन्। अनेक रोचक घटनाहरू बाटामा सहयात्रा गर्ने पात्र बन्न पुग्दछन्। काठमाडौंबाट पटनासम्म आकाशमार्ग र पटनादेखि दिल्ली रेलमार्गको यात्रा हुन्छ। रेलयात्रामा एक अमेरिकी युवतीसितको भेट रोचक सहकार्य बन्न पुग्दछ। दिल्लीमा घुमफिर गर्दै अफगानिस्तान जाने चाँजोपाँजो मिलाउने क्रममा दिल्लीस्थित अफगानिस्तानी राजदूतावास पुग्दा यात्राले अर्को मोड लिन पुग्दछ। रेलमार्गबाट जान खोज्ने यायावरलाई यात्राका लागि दूतावासमा भेटिएका अर्का एक यात्रीले सहृदयी भाव देखाउँदै हवाइजहाजबाट नै जान सल्लाह दिन्छन् र सहयोग गर्दछन्। यसैबाट यायावर प्रभावित हुन्छन् र उनीसँगै जान तयार हुन्छन्। यायावरलाई भ्रमण गर्नुछ, तर्कसित सहमत भएपछि त्यसै गर्दछन्। दिल्लीबाट दुई घण्टामा काबुल पुग्छ हवाइजहाज। यात्राका लागि सहयोग गर्ने जर्मन हुन्छन् र काबुलको होटलमा जर्मन बूढाको नियतप्रति यायावरको मनमा शङ्का उत्पन्न हुन्छ र उनलाई सुतेकै अवस्थामा छाडेर निस्कन्छन्। बिल्कुलै अपरिचित ठाउँ, नबुझिने भाषा र अन्जान अनुहारको नौलो शहरमा अलिकति चिनेकोलाई पनि छाडेर एक्लै हिंड्नुपर्दाको भावमय प्रस्तुति संवेदनशील छ।

काबुलबाट कन्धार, हेरात हुँदै इरानको यात्रा बसमा हुन्छ। यो यात्रामा रोचकता अत्यन्त धेरै छ। डेनियल नामको बेल्जियन नागरिकसितको सहकार्य मानवीय दृष्टिकोणले उच्च कोटिको छ। हेरातबाट इरान प्रवेशको प्रसङ्ग यसरी लेखिएको छ – "हेरातबाट इरानको बोर्डर इस्लमकाला एउटा जिप चढेर गएँ। इस्लमकाला पुगेर इरान प्रवेश गर्न मैला गाडा वा रिक्सा चढेर बोर्डर पार गरें। बाटो धूलैधूलो र अति नराम्रो थियो।" धेरै टाढाको परिवेश भए पनि पढ्दा लाग्दछ कि मधेस प्रदेशकै कुनै बोर्डरबाट बिहार प्रान्तमा प्रवेश गरेको वर्णन गर्दछन् यायावार।

इरानको तेहरानमा ज्वरो आएको सन्दर्भ आउँदा संवेदनशील बन्न पुग्दछ पाठक। जहाँ कोही छैन, त्यहाँ ज्वरो साथी बन्न आइपुग्छ र यायावरको मनोविज्ञानलाई पनि प्रभावित बनाउन पुग्दछ। ज्वरो आउँदा भात खान नहुने सोचाइ विपरीत तेहरानमा एक अमेरिकीको सुझाव अनुसार टन्न मासुभात खाएर सुतेपछि ज्वरो भागेको सन्दर्भ घतलाग्दो लाग्दछ। तेहरानबाट इस्तानबुल बसबाट जाँदा पाँच रात चार दिन लाग्ने रहेछ। यो यात्रा पनि निकै रोचक छ। यात्राका अनेक दर्शन र भोगाइ पाठकले आफ्नै भोगाइ मान्न पुग्छन्। हरेक दिन ठीक समयमा उठ्ने भएकाले यायावरले बसका यात्रीहरूबाट उपनाम पाउँछन् मिस्टर अलार्म। इस्तानबुलमा बरालिने क्रममा आमासित रहेकी एक युवतीसित भेट भएको र त्यसपछि बढेको सद्भाव अवर्णनीय छ। प्रेम मनमा उम्रेको हुन्छ र भाषाले छेकबार उत्पन्न गर्दैन भनेजस्तो प्रेमकथा यायावर-युवतीको छ। इस्तानबुलकी ती युवतीसित यायावरको फेरि भेट हुन पाए हुन्थ्यो भन्ने फेरि पनि लागिरहन्छ पाठकलाई।

यायावर यात्राकै क्रममा फर्केर आउँदा पनि भेटको आशा मनमा पालेका हुन्छन्। साँच्ची, निकै भावुक वर्णन छ, विप्रलम्भ शृङ्गारको।

इस्तानबुलबाट रेलमार्गले बेलग्रेड पुगेपछि बेलग्रेडको स्टेशनमैं एक महिलासित भेट हुन्छ जो वास्तवमा कुनै ग्राहकको खोजीमा हुन्छिन्। यायावर उनकै घर पुग्दछन्, वासको लागि। निकै आरामदायी बसोवास र सुस्वादु भोजनले तृप्त हुन्छन्। यायावरको त्यहाँबाट यात्रा हुन्छ – बेलग्रेड टू मिलान, इटाली। सुविधा सम्पन्न रेलको यात्रा वर्णनले पाठकको मन लोभ्याउँछ। यायावरले आफ्नो औंठी बेचेका छन् यस रेलयात्रामा। मिलानबाट फ्रान्सको मार्सिल्लेसम्मको यात्रा पनि रेलबाट गर्दछन्। इटाली र फ्रान्सको बोर्डरमा भोगेको वास्तविकतालाई जीवन्तरूपमा प्रस्तुत गरिएको छ। फ्रान्समा साथीको घरमा बस्दाको वस्तुस्थिति जस्ताको त्यस्तै वर्णनमा लेखक यति इमानदार हुन्छन् कि सानातिना कुरा र साथीभाइबीचको गफगाफ पनि छोड्न चाहँदैनन्। परदेशमा पैसा कम भएपछि पर्ने अप्ठ्याराहरूलाई साँच्ची नै मर्मस्पर्शी ढङ्गले वर्णन गरिएको छ। कोही कहीं पाहुना लाग्न जाँदा केही हप्ता त धेरै फरक पर्दैन तर धेरै दिनपछि पर्न जाने अप्ठ्यारोलाई बडो सुन्दर ढङ्गमा वर्णन गरिएको छ यसमा। पेरिसलाई त सधैं जवान शहर पनि भनिन्छ। यस कृतिमा कृतिकारले देखे र भोगेको पेरिसको वर्णन गर्दा पाठकलाई कुनै जमानामा पढेको सम्झना हुन्छ – प्यारिस मुस्कुराउछ रङ्गैरङ्गमा।

होटलमा केही समयको लागि एक नेपालीसित भेट हुँदाको स्मरणले मनलाई छुन्छ।

जुरिचको आसपासमा एकजना युवतीसित यायावरले बिताएको दिन पनि अवर्णनीय छ। यायावरको आँखाबाट प्रभावित ती युवती पछि यायावरकै दिलमा पसेकी छन्।

ग्रीसमा हुने वाइन फेस्टिभलको सन्दर्भ नेपालीहरूको लागि बिल्कुलै नौलो हुन सक्छ।

यसमा बेलायत र बेलायतबाट अमेरिका पुग्न नसकेको थकथकमा पाठकको सहानुभूति यायावरसित रहिरहन्छ। ऐतिहासिक एथेन्सबाट इस्तानबुल शहर आउँदा हवाइजहाजको यात्रा हुन्छ। इस्तानबुलमा पहिलेकै होटलमा बस्दा पाठकलाई एकचोटि पहिलेकै कथा दोहोरिएला कि जस्तो पनि हुन्छ। बसको टिकटमा साथीहरू ठगिएको कुरो, बहिनीसित बिहे प्रस्ताव गर्ने सन्दर्भ, बसमा छुरा प्रहारको विषय कम्ती रोचक छैन। पाकिस्तानको लाहोर शहरमा भोगाइको घृणास्पद स्वरूप प्रस्तुत छ – लाहोरमा अविस्मरणीय घृणा। दिल्ली हुँदै पटना र पटनाबाट हवाइजहाजमा काठमाडौं यात्रासँगै यस कृतिको शीर्षक पूरा हुन्छ। यस कृतिको मुख्य अंश पनि यही हो।

कृतिभित्र आफ्नै जीवनी, आफ्नो परिवार र विवाह तथा अन्य सम्बन्धबारे जानकारी दिइएको छ। यस कृतिको अन्त्यतिर एउटा शीर्षक छ–आफ्नै जीवनका अविस्मरणीय लघुकथा। अत्यन्तै रोचक र प्रेरणाप्रद खुद्रा संस्मरणहरू यसमा समेटिएका छन्।

(बाँकी पाँचौं पातामा)

धार्मिक यात्राको मीठो अनुभूति (२)

सरोकार

राजेश मिश्र

rajesh560107@gmail.com

वाराणसीको यात्रा जारी थियो। अयोध्याधामदेखि भदरसा, बिकापुर, खाजुराहत, चौरे बजार, कुरेभर, खानपुर, सुल्तानपुर, लम्भुआ, बदलापुर हुँदै झन्डै एक सय पचास किमि टाढा उत्तर प्रदेशको प्रसिद्ध शहर जौनपुर पुगियो। दिउँसोको तीन बजिसकेको थियो। खाजाको आवश्यकता महसूस हुन थालेपछि जौनपुर शहरभन्दा करीब पाँच सय मिटर पर खुला स्थानमा रहेको एक होटलमा रुक्न बाध्य भइयो। सूर्यको तापले पश्चिमाभिमुख होटलको तापमान असह्य थियो। यद्यपि खाजा नखाइ नहुने अवस्था थियो। यता म होटल सञ्चालकसँग खाजाको सम्बन्धमा

१. खटियामा आराम गर्दै सम्पादक विकाश शर्मा, २. उँटको सवारी गर्दै हामी, गङ्गा स्नानपछि पारीबाट वारी फर्किंदै सम्पादक विकाश शर्मा, ४. गंगा स्नानपछि पारी बाट वारी फर्किंदै लेखक, ५. बायाँदेखि लेखक, प्रोफेसर जिसीआर जैसवाल र प्रविन मिश्र।

सोधपुछ गर्न थालें। उता विकाश दाई होटलको पछाडि अवस्थित शौचगृहको सुइँको पाउनेबित्तिकै उतै हानिए। धेरैबेरसम्म विकाश दाई नआएपछि कता हराए भन्दै म होटलको पछाडि जाँदा दङ्ग परें।

किनभने विकाश दाई 'खटिया' (बाँस र डोरीले निर्मित खाट) मा बसेर पूर्वी बयारको लुत्फ उठाइरहेका थिए। 'खाजा खाने होइन ?' भन्ने मेरो प्रश्नमा ठहाका लगाउँदै उनको उत्तर थियो– "खाजा भन्दा त खटिया र हावाको आनन्द रमाइलो छ।"

शायद होटल सञ्चालकलाई हाम्रो मनोभाव थाहा भइसकेको थियो। त्यस कारण हाँस्दै भने–"नाश्ता वहाँ पर भी कर सकते हैं सर, कोइ दिक्कत नहीं है" र हामी नजीक आइपुगे। हावादार र खुला ठाउँमा नाश्ता गरेपछि झन्डै साठी किमि टाढा वाराणसीको यात्रा पुनः जारी भयो। ४० किमिको यात्रापछि वाराणसीको लालबहादुर शास्त्री अन्तर्राष्ट्रिय हवाइ अड्डा नजीक पुगियो। त्यहाँ जाममा हामी फँसे पनि व्याकुल भएनौं किनभने वीरगंज-रक्सौल सडक खण्डको जामको सास्ती हामीले पहिलेदेखि भोग्दै आएका थियौं। दिउँसो ५ बजे जाममा फँसेको हामीलाई २० किमि टाढा वाराणसी पुग्न दुई घण्टाभन्दा बढी समय लाग्यो। अन्ततोगत्वा साँझ करीब साढे सात बजे हामी वराणसीको प्रमुख क्षेत्र गोदौलिया अर्थात् काशी विश्वनाथ मन्दिर क्षेत्रमा प्रवेश गर्‍यौं।

वाराणसी

रात्रि विश्रामका लागि होटलको प्रबन्ध गर्नु पहिलो आवश्यकता थियो। गाडीबाट झर्नेबित्तिकै विकाश दाईको पाइला पान पसलतिर लम्किन थालेपछि उनी प्रायः चर्चा गरिरहने 'बनारसी पान' को कथा मलाई स्मरण भयो। चार/पाँच वटा होटल चहारेपछि बल्ल आफू अनुकूल होटल पाइयो। गाडी पार्किङ गरिसकेपछि झोला-झम्टासहित होटलको कोठामा प्रवेश गरियो। अयोध्याबाट हिंडेदेखि फोन गरेर पलपलको खबर लिइरहेको मेरो छोरो प्रवीण मिश्रलाई ठेगाना अवगत गराएपछि ऊ तुरुन्तै होटल आइपुग्यो। पिता-पुत्रको मिलनको कथा जति वर्णन गरे पनि कम हुन्छ। वातावरण अत्यन्तै उल्लासपूर्ण थियो। फ्रेश भइसकेपछि हामी घुम्न निस्कियौं। बत्तीको प्रकाशमा भीडभाड पन्छाउँदै मानिसहरू डुलिरहेको गोदौलियाको दृश्य हेर्न लायक थियो। वाराणसीको अद्भूत परिदृश्य माझ सवारी साधनको धूवाँ र हर्नको आवाज सहि नसक्नु थियो।

राति करीब दश बजे खाना खाइयो। होटलदेखि गोदौलिया चोकसम्म लगभग एक घण्टा यताउति डुलियो। त्यति बेला सवारी र मानिसकको चाप उति थिएन। त्यस कारण वातावरण साँझको तुलनामा अहिले बढी आकर्षक लागिरहेको थियो। दिनभरिको थकाइ र भोजनको असरले शारीरिक सुस्ती बढ्न थाल्यो। रात्रि विश्रामका लागि यता हामी होटलमा छिर्‍यौं र उता छोरा प्रवीण होस्टलतिर लाग्यो। ओछ्यानमा पल्टिएसँगै कतिखेर निदायौं, थाहै भएन।

गङ्गा स्नान

आँखा खुल्दा बिहान छ बजिसकेको थियो। शौचादिबाट निवृत्त भइसकेपछि गङ्गास्नानका लागि हामी दशाश्वमेघ घाट तर्फ लाग्यौं। लत्ताकपडासहित होटलदेखि करीब दुई किमि टाढा हिंडेर दशाश्वमेघ घाट पुग्न लगभग आधा घण्टा समय लाग्यो। भक्तजन वारि करीब सत्तरी प्रतिशत तथा पारी तीस स्नान गरिरहेका थिए। पारिपट्टी खुला र कम भीड भएकोले हामीलाई पनि पारि पुगेर स्नान गर्ने रहर जाग्यो।

वाराणसीको विविध आकर्षणहरू मध्ये गङ्गामा डुङ्गाको सवारी पनि एक हो। वाराणसीको गङ्गाघाटमा काठको सामान्य डुङ्गादेखि साना-ठूला स्टीमर असङ्ख्य छन्। करीब बीसजना सवार डुङ्गामा हामी पनि विराजमान भयौं। ओहोरदोहोर गरी प्रतिव्यक्ति भारु तीस तोकिएको भए पनि पचास रुपियाँ किराया बताइयो। बिस्तारै डुङ्गा अघि बढ्न थाल्यो। विभिन्न स्थान तथा भाषाभाषीहरू एकसाथ डुङ्गामा रमाइलो गर्दै पारि पुग्यौं। स्नान गर्ने तर्खर गरिरहेकै बेला झन्डै दश/एघार वर्षको एक बालक ऊँटको सवारी गर्न अनुनय गर्न थाल्यो। हामीलाई ऊँटको सवारी गर्ने खासै रहर थिएन। तर बालकको करुण आग्रह देखेर केही आम्दनी होस् भन्दै हामी ऊँटको सवारी गर्न तयार भयौं। करीब तीन सय मिटरको दूरी जानु र आउनुमा प्रतिव्यक्ति भारु ३० रुपियाँ खर्च भयो तर मन तृप्त भयो।

ऊँटको सवारी गरिसकेपछि गङ्गा स्नान शुरू भयो। एकअर्का माथि पानी छर्केर रमाइलो भइरहेको थियो। स्नान गर्दा गङ्गामाताको काखमा हामी केटाकेटी रमाइरहेझैं लाग्यो।

हामी आएको डुङ्गातिर अचानक मेरो ध्यान गयो। किनारमा कपडा फेरिरहेका एकाध भक्तबाहेक सबै डुङ्गामा सवार भइसकेका थिए। गङ्गा मातासँग हाम्रो सामीप्य र प्रेम देखेर शायद हामीसँगै आएका अपरिचित भक्तजन दङ्ग थिए। फर्किनुपर्ने भएकोले बालपनबाट वयस्कमा परिणत हुनुपर्ने बाध्यता थियो। सूर्य देउतालाई जल अर्पण गरेपछि गङ्गा मातालाई ढोग-प्रणाम गरेर हामी बाहिर निस्क्यौं। लुगा फेर्‍यौं र डुङ्गामा सवार भयौं। केही बेरमैं वारि पुग्यौं। पारिबाट वारि र वारिबाट पारि हेर्दा रातो र पहेंलो विभिन्न रङ्गका वस्त्रमा सुसज्जित भक्तजनको भीड रङ्गी-बिरङ्गी फूलको बगैंचाभन्दा कम रोचक थिएन।

गङ्गाघाटमा विराजमान थुप्रै पुरोहितहरूमध्ये एकजनासँग सङ्कल्प तथा समान्य पूजापाठ गराएर निधारमा त्रिकुण्ड चन्दन लगाइयो। पुरोहितलाई दक्षिणा दिएर हामी बाबा काशी विश्वनाथको मन्दिरतर्फ लाग्यौं। निधारमा त्रिकुण्ड चन्दन तथा हातमा पूजा सामग्रीसहित मन्दिरतर्फ जाने र फर्कने भक्तजनहरुको तातीसँगै हामी पनि अघि बढिरहेका थियौं। दशाश्वमेघ घाट देखि झन्डै एक किमि हिंडेपछि मन्दिर जाने प्राचीन गल्लीमा प्रवेश गरियो।

प्राचीन गल्ली

विश्वनाथ मन्दिर जाने गल्लीमा मिठाइ, पान, लस्सीलगायत विविध पसलमध्ये सबैभन्दा बढी पूजा सामग्रीका पसल थिए। 'आइए पूजन सामग्री ले लिजिए, लौकर सुविधा भी है, लौकरका पैसा नहीं लगेगा' सुमधुर वाणीले भक्तजनलाई आकर्षित गर्ने शब्द सुन्दै हामी अघि बढिरहेका थियौं। 'होहिं वही जो राम रचि राखा' भनेझैं उनकै पसलबाट पूजन सामग्री खरीद गर्‍यौं।

विश्वनाथ दर्शन

नयाँ स्वरूपमा मन्दिरको निर्माण भए यता हाम्रो यो पहिलो भ्रमण थियो।

(बाँकी पाँचौं पातामा)

द्रोण पर्व–७८

महाभारतबाट सङ्कलन तथा अनुवाद
उमाशङ्कर द्विवेदी

तपाईंका भाइले आफ्ना प्रतिज्ञा पूर्ण गरे–यो बडो हर्षको विषय हो। यो सुनेर राजा युधिष्ठिर आफ्नो रथबाट हाम्फालेर श्रीकृष्ण र अर्जुनलाई अङ्कमाल गरे । त्यति बेला उनको आँखाबाट आनन्दाश्रु झरिरहेको थियो। उनले भने–कमलनयन, तपाईंको मुखबाट यस्तो प्रिय समाचार सुनेर आनन्दको सीमा रहेन। वास्तवमा अर्जुनले अद्‌भूत कर्म गरे । सौभाग्यको कुरा हो कि आज म तपाईं दुवैलाई प्रतिज्ञा भारबाट मुक्त देखिरहेको छु । यो धेरै राम्रो कुरो हो कि पापी जयद्रथ मारियो। कृष्ण, तपाईंद्वारा सुरक्षित भएर नै पार्थ जयद्रथको वध गर्न सफल हुन सके । यसबाट मलाई बडो प्रसन्नता भएको छ।

तपाई त सदैव हाम्रो प्रिय र हित साधनमा लागिरहनुहुन्छ । जनार्दन, जुन काम देउताहरूले पनि गर्न सक्दैनन् त्यसलाई अर्जुनले तपाईंकै बल, बुद्धि र पराक्रमबाट सम्पन्न गरे। यो चराचर जगत् तपाईंकै कृपाले आआफ्नो वर्णाश्रमोचित मार्गमा स्थित भएर जप–होमादि कर्ममा प्रवृत्त हुन्छ । पहिले यो सम्पूर्ण दृश्य–प्रपञ्च एकार्णवमा निमग्न–अन्धकारमय थियो, तपाईंकै अनुग्रहले यो पुनः जगत्‌रूपमा प्रकट भयो। युधिष्ठिरले यस प्रकारसित अनन्य भावले श्रीकृष्णको स्तवन गरेपछि श्रीकृष्णले भने–धर्मराज, तपाईंको उग्र तपस्या, परम धर्म, साधुता तथा सरलताबाट नै पापी जयद्रथ मारियो । संसारमा शस्त्रज्ञान, बाहुबल, धैर्य, शीघ्रता तथा अमोघ बुद्धिमा कतै कोही अर्जुनजस्तो छैन। त्यसैले तपाईंका भाइले रणभूमिमा शत्रुसेनाको संहार गरेर सिन्धुराजको मस्तक काटिदिए ।

यो सुनेर युधिष्ठिरले अर्जुनलाई अङ्कमाल गरेर पिठचूँ सुम्सुम्याउँदै श्याबासी दिंदै भने–अर्जुन, जुन काम इन्द्रसहित सम्पूर्ण देउताले गर्न सक्दैनन्, त्यो काम तिमीले सजिलै गरेर देखायौ। सौभाग्यको कुरा हो तिमीले टाउकोको भारी सजिलै बिसायौ, जयद्रथलाई मारेर आफ्नो प्रतिज्ञा पूरा गर्‍यौ । तदन्तर शूरवीर भीमसेन र सात्यकिले पनि धर्मराजलाई नमस्कार गरे, उनीहरूको साथ पाञ्चालदेशीय राजकुमारहरू पनि थिए। उनीहरूलाई हात जोरेर उभिएको हेरी युधिष्ठिरले उनीहरूको अभिनन्दन गरे र भने–आज बडो आनन्दको दिन हो, तिमी दुवैजनालाई म यस सैन्यरूपी सागरबाट मुक्त देखिरहेको छु । तिमी दुवैजना युद्धमा विजयी भयौ। तिमीहरूको मुकाबिलामा द्रोणाचार्य र कृतवर्मा पनि परास्त हुन पुगे । अनेकौं शस्त्र प्रहार गरी तिमीले कर्णलाइ हरायौ र राजा शल्यलाई पनि मार्‍यौ । तिमीहरूलाई सकुशल देखेर मलाई बडो प्रसन्नता भइरहेको छ । सङ्ग्राममा तिमीहरूको कहिले पनि हार हुँदैन, तिमी दुवैजना मेरै अनुरूप छौ। सौभाग्यले म तिमीहरूलाई जिउँदै–रमाउँदै देखिरहेको छु।

भीमसेन र सात्यकिसित यस्तो भनेर धर्मराजले पुनः उनीहरूलाई अङ्कमाल गरे र आनन्दाश्रु बगाउन थाले । राजन्, त्यति बेला पाण्डवका सम्पूर्ण सेना आनन्दमग्न भए बडो उत्साहका साथ युद्ध गर्न थाले ।

सञ्जय भन्छन्–राजन्, जयद्रथ मारिएपछि तपाईंका पुत्र दुर्योधन आँसु बगाउन थाले, उनको दशा बडो दयनीय भइरहेको थियो, अब शत्रुहरूमाथि विजय पाउने उनको सम्पूर्ण उत्साह भङ्ग भइरहेको थियो । अर्जुन, भीमसेन र सात्यकिले कौरव सेनाको भारी संहार गरेको देखेर उनको अनुहार निन्याउरो भयो, आँखा भरिएर आयो। उनी सोच्न थाले–यति बेला यस पृथ्वीमा अर्जुनसमान अन्य कोही योद्धा छैन। अर्जुन रिसाएपछि उनको सामु द्रोणाचार्य, कर्ण, अश्वत्थामा र कृपाचार्य पनि टिक्न सक्दैनन्। आजको युद्धमा उनले हाम्रा सबै महारथिलाई हराएर सिन्धुराज जयद्रथको वध गरे, उनलाई कसैले रोक्न सकेन। हाम्रो यत्रो ठूलो सेनालाई पाण्डवहरूले पूर्णरूपले नष्ट पारिदिए। जसको बलको सहाराले हामीले युद्धास्त्रको तयारी गर्‍यौं, जसको पराक्रमको आश्रय लिएर सन्धिको प्रस्ताव लिएर आएका श्रीकृष्णलाई तृण बराबर ठानेनौं, ती कर्णलाई पनि अर्जुनले युद्धमा परास्त गरिदिए ।

महाराज, सम्पूर्ण जगत्‌को अपराध गर्ने तपाईंको पुत्र दुर्योधन यस प्रकार सोच–बिलौना गर्दै मनमनै धेरै व्याकुल भएपछि आचार्य द्रोणको दर्शन गर्न गएर उनलाई कौरव सेनाको संहारको सम्पूर्ण समाचार सुनाए। उनले यो पनि सुनाए कि शत्रुहरू विजयी हुँदै गइरहेका छन् र कौरवहरू आपत्तिको समुद्रमा डुब्दै गइरहेका छन्। फेरि भन्न थाले–आचार्य, अर्जुनले हाम्रो सात अक्षौहिणी सेनाको नाश गरेर तपाईंका शिष्य जयद्रथको पनि वध गरिदिए। हरे, जो हामीलाई विजय दिलाउने इच्छाले आफ्ना प्राण त्यागेर यमलोकको बाटो लागे, ती सुहृदहरूको ऋण कुन प्रकारले चुक्ता गर्न सकिएला । जुन भूपालहरू यस भूमिलाई जित्न चाहन्थे, उनीहरू स्वयं भूमण्डलको ऐश्वर्य त्यागेर भूमिमाथि सोत्तर भइरहेका छन् । यस प्रकार स्वार्थको लागि मित्रहरूको संहार गराएर अब मैले हजारवटा अश्वमेध यज्ञ गरे पनि आफूलाई पवित्र पार्न सक्दिनँ। म आचारभ्रष्ट र पतीत हुँ, आफ्ना बन्धु–बान्धवहरूसित मैले द्रोह गरें। क्रमशः

भोजन : २

वाटिका
डा शिवशङ्कर यादव
shivshankaryadav3398@gmail.com

नयाँ नयाँ शोधले यो पत्ता लागेको छ कि प्रतिदिन एक चम्मच घीउ खान सकिन्छ। तर बढी भयो भने नोक्सान नै नोक्सान हुन्छ। मिठाईबारे भने त्यस्तो सहुलियत छैन। बजारमा सजाइएका मिठाई केवल विषका डल्ला हुन्। हो यदि त्यसबाट चिनी हटाइदियो भने केही फाइदा मिल्छ।

गताङ्कको बाँकी

कैल्सियम, पोटाशियम र मैग्नेशियमको कमीले मांसपेशी बाउँडिने गर्छ र पीडादायी क्रैम्प हुन्छ। आयरन धेरै महत्त्वपूर्ण यस कारण छ कि यसैले लालरक्त कण बनाउँछ जसले कोष कोषमा आक्सिजन पुर्‍याउने काम गर्छ। यो मस्तिष्कको विकास र क्रियाशीलता, मांसपेशीको क्रियाशीलता तथा शरीरको तापक्रम व्यवस्थित गर्नको लागि जरूरी छ । त्यसै कारण प्रकृतिले यसको संरक्षित साथै रिसाइकल हुने व्यवस्था गरेको छ । रिजर्वको रूपमा यो कलेजो, फियो, मिर्गौला र हाडमा रहन्छ। आयरनको कमी भएको बेला यी रिजर्व काम लाग्छ। लगभग तीन महीनामा लालरक्त कण बूढो भयेर नष्ट हुन्छ र त्यसबाट आयरन निस्कन्छ। शरीरले यस आयरनलाई फेरि रिसाइकल गरेर नयाँ लाल रक्तकण बनाउन उपयोग गर्छ। जब आयरनको धेरै कमी हुन्छ तब मात्र यो रक्ताल्पताको रूपमा देखिन्छ । धेरै रक्त महीनावारी, बच्चा जन्मँदा, पेप्टिक अल्सर, बवासिर र दुर्घटना हुँदा शरीरबाट निस्किन्छ। तर योभन्दा बढी रक्त एउटा परजीवी– हुकवर्मले चुस्ने गर्छ । एउटा हुकवर्मले ३०००० अन्डा दिन्छ। यसले यति बढी रगत चुस्छ कि दुईतीन महीनामैं मान्छे रक्ताल्पताको गम्भीर अवस्थामा अस्पतालमा भर्ना गर्ने स्थितिमा पुग्छ । आयरन दुई प्रकारको हुन्छ : हेमआयरन र ननहेम आयरन । हेम आयरन मांसाहार र ननहेम आयरन शाकाहारमा पाइन्छ। हेम आयरन पेटमा राम्ररी अवशोषित हुन्छ तर शाकाहारमा बढी मात्रा भएर पनि कम अवशोषित हुन्छ । यसको अवशोषणाको लागि भिटामिन सी अनिवार्य हुनुपर्छ । नित्य एक वयस्कलाई १९ देखि २९ मिलिग्राम आयरन चाहिन्छ। आयोडिन पनि त्यस्तै अनिवार्य तत्त्व हो जुन सोडियमजस्तै भोजन र पानीबाट प्राप्त हुन्छ। यसको कमीले घेघ रोग मात्र होइन, मेन्टल रिटार्डेशन र यौनेच्छामा कमी, गर्भपतन र मृत बच्चा समेत पैदा हुन्छ। यसको साथै यसको कमीले क्रेटिनिज्म नामक पुडकोपन पनि हुन सक्छ । यो नुनको साथ उचित मात्रामा मिलाएर बजारमा उपलब्ध गराइन्छ । यो नित्य १५० माइक्रोग्राम पुरुषमा र २५० माइक्रोग्राम गर्भवती महिलामा जरूरी हुन्छ । जिंक इन्सुलिन बनाउन र प्रोटिन चयापचयको लागि एकदम आवश्यक हुन्छ । यसको कमीले शरीरको वृद्धि रोकिन्छ र यौनेच्छामा कमी आउँछ। यो नित्य १७ मिलिग्रामको दरमा जरूरी हुन्छ। कपर पनि त्यही प्रोटिन चयापचयको लागि नित्य २ मिलिग्रामको दरले चाहिन्छ। यसको कमी प्रायः हुँदैन। कोवाल्ट भिटामिन बी १२ बनाउन जरूरी हुन्छ । यसको पनि कमी देखिंदैन । क्रोमियम इन्सुलिन र कार्बोहाइड्रेटको कामलाई प्रभावित गर्छ। सेलेनियम नित्य ४० माइक्रोग्राम चाहिन्छ। यो एन्टिबडी बनाउन काम लाग्छ। मोलिब्डेनम जब बढी हुन्छ तब हाडको बनावट बाङ्गो हुन्छ र जब कमी हुन्छ तब मुख र ग्रासनलीको कैन्सर हुन्छ।

एवंरीतले संसारको सारा खेला ऊर्जाको हो। बाहिरी संसारको पनि र शरीरको भित्री संसारको पनि। बाहिर सूर्यरूपी ब्रह्मले यदि ऊर्जा दिएन भने क्षणभरमा सारा सृष्टि जमेर समाप्त हुन्छ। शरीरभित्र पनि ब्रह्मरूपी अन्नले यदि ऊर्जा दिएन भने हामी हातखुट्टा चलाउन त के परेला पनि झिम्काउन सक्दैनौं। शरीरका सानाठूला सबै अङ्गलाई काम गर्न ऊर्जा चाहिन्छ । अब कुरा उठ्छ कि नित्य कति ऊर्जा चाहिन्छ ?

यो त मानिसको काम गराइ, उमेर र पुरुष तथा महिलामा निर्भर गर्छ । तर औसतन एक वयस्क महिलालाई १८०० किलोकैलोरी र पुरुषलाई २८०० किलो कैलोरी ऊर्जा चाहिन्छ । यसलाई किलोकैलोरी नभनेर खाली कैलोरी भन्ने चलन पनि छ। एक्लै ग्रहण गरियो भने यति ऊर्जा ७०० ग्राम कार्बोहाइड्रेट, त्यति नै प्रोटिन र ३११ ग्राम फैटले प्राप्त हुन्छ। तर हामीलाई कुनै एक खाद्य पदार्थ मात्रले यो ऊर्जा प्राप्त हुँदैन र त्यसले नोक्सान नै नोक्सान गर्छ । अतः तीनवटै तत्त्व मिसिएको ऊर्जा प्राप्त गर्नुपर्छ। यसको लागि ७० प्रतिशत ऊर्जा कार्बोहाइड्रेट बाट, २० प्रतिशत फैटबाट र १० प्रतिशत प्रोटिनबाट लिन निर्धारित गरिएको छ। यो ऊर्जा, भिटामिन र मिनरलले खानाको जुन थाली बन्छ त्यसलाई सन्तुलित भोजन भनिन्छ । अब आफैं हिसाब गर्नुस् कि सन्तुलित थाली कसरी बन्छ : मैले बनाएको सन्तुलित भोजन निम्नानुसार छ :

लगभग ४०० ग्राम चामल वा त्यति नै मात्राको पीठोको रोटी किनभने चामल र पीठोमा लगभग बराबर मात्रामा कार्बोहाइड्रेट पाइन्छ। फरक केवल उसको अवशोषणामा हुन्छ । चामलको कार्बोहाइड्रेट शीघ्र अवशोषित भएर रक्तशर्करा ह्वातै बढाइदिन्छ भने पीठोको बिस्तारै अवशोषित हुनाले त्यस्तो हुँदैन। त्यसैले मधुमेहका रोगीलाई रोटी खाने सल्लाह दिइन्छ। मनलागे चामल र रोटी आधा–आधा एक साथ खान सकिन्छ। यति मात्रा दिन र रात दुवै छाकको खानाको लागि हो । मतलब दिनको थालीमा २०० ग्राम र रातको थालीमा २०० ग्राम। यसबाहेक एक कचौरा दाल, एक कचौरा हरियो सागसब्जी, एक गिलास दूध वा दही, एउटा अन्डा । एउटा काँक्रो र मुलामा कुनै एक वा दुवै, एउटा सुन्तला वा सेव दुवैमा कुनै एकको हिसाबले खाइयो भने शरीरको सम्पूर्ण ऊर्जा, भिटामिन्स र मिनरलको पूर्ति हुन्छ । तर हामीले ध्यान दिनुपर्ने केवल ऊर्जामा हो किनभने बढी भयो भने फैट बन्छ। हरियो तरकारी,फलफूल र सलाद इच्छा भर खाए झन् राम्रो।

पेट र भोकको आवश्यकता अलि भिन्न हुन्छ । प्यास त पानीको कमी भएपछि मात्र लाग्छ र नलागे पनि घण्टा घण्टामा पानी खाँदा खराबी गर्दैन। तर भोकको कुरा बेग्लै छ । आवश्यकता नभए पनि बानी र स्वादले गर्दा लागिरहन्छ र खराबी गर्छ। यसले बेलुकीको खाना पर्खंदैन । त्यसैले खाजामा केवल रफेज जस्तै भुजा आदि लिनु राम्रो, जसले कम उदर्जा दिएर भोक शान्त गर्छ। यसबाहेक बिहान वा बेलुका फल नलिएर त्यसलाई खाजामा सिफ्ट गर्न सकिन्छ।

एक ग्लास दूधबाट १० ग्राम, १०० ग्राम मीट वा फिसबाट २१ ग्राम र एउटा अन्डाबाट १३ ग्राम प्रोटिन पाइन्छ । यसरी ४४ ग्राम प्रोटिन प्राप्त भयो । कमी भएको दाल र चामलको प्रोटिनले पूरा गर्छ। यदि मीट–फिस छैन भने दाल र दूधको मात्रा बढाउनुस् । मासुको साथ दूध खानुहुँदैन भने दही प्रयोग गर्नुस्। यदि अन्डा छैन भने दाल, दूध र मासुको मात्रा बढाउनुस् । यदि भेजिटेरियन हुनुहुन्छ भने दालभात, दूधको मात्रा बढाउनुस् किनभने भातमा पनि प्रोटिन हुन्छ। यदि अन्डा, दूध, फल केही छैन भने कोशिश गर्नुस् कि कम्तिमा एक हप्तामा एकपटक त अवश्य खाइयोस्। गरीबीको कारणले यसमा पनि असमर्थता छ भने दाललाई पुअरमैन मीट भनिन्छ त्यसलाई नछोड्नुस्। फल छैन भने हरियो सब्जी त अनिवार्य नै हुन जान्छ। त्यति पनि भएन भने त्यो संतुलित भोजन हुँदैन। बोसोबारे भन्नु केही जरूरी छैन। जति मात्रा भिजिवल फैट अथवा तेलमा तरकारी पकाइन्छ त्यही उपयुक्त छ । बरु बोसो भएको अन्य कुरा पनि नखानुस् जसमा इनभिजिवल फैट हुन्छ। बजारमा पाइने सबै खाना फैटले भरिएको हुन्छ । यो पनि याद राख्नुस कि बढी मात्रामा लिएको कार्बोहाइड्रेट र प्रोटिनलाई पनि शारीरिक परिश्रम गरेर खर्च गर्नुस् अन्यथा त्यो पनि फैटमा परिवर्तित भएर शरीरमा जम्मा हुँदै गएर मोटापाको कारण बन्छ । यद्यपि प्रोटिनको बढी मात्राबाट भएको हानिको उदाहरण हाम्रो देशमा त्यति देखिंदैन । एउटा सवाल अरू– थुप्रै मानिसलाई २०० ग्राम चामलको भात पनि बढी हुन्छ। यस्तोमा चिउरा चामलभन्दा अब्बल कार्बोहाइड्रेट हो । बढी भएको मात्रा चिउराको रूपमा खाजामा शिफ्ट गर्न सक्छि।

अन्तमा एउटा सवाल अरू। हाम्रो देशका मानिस घीउ र मिठाइका धेरै शौकिन हुन्छन्। के त्यस्ताका लागि केही सहुलियत छ ? जवाफ छ : छ। नयाँ नयाँ शोधले यो पत्ता लागेको छ कि प्रतिदिन एक चम्मच घीउ खान सकिन्छ। तर बढी भयो भने नोक्सान नै नोक्सान हुन्छ। मिठाईबारे भने त्यस्तो सहुलियत छैन। बजारमा सजाइएका मिठाई केवल विषका डल्ला हुन् । हो यदि त्यसबाट चिनी हटाइदियो भने केही फाइदा मिल्छ। मिठाईहरूमा देहातमा बनाइने कसार र ठेकुवा यस सम्बन्धमा विचार गर्नलायक भन्न सकिन्छ किनभने त्यो गुडले बनाइन्छ जसमा आयरन हुन्छ। तर चिनी मिलायेर बनाएमा त्यो पनि काम नलाग्ने हुन्छ।

पाठकवृन्द ! यही हो हाम्रो भोजन ब्रह्मको कहानी। यही अनुसार भोजन ग्रहण गर्नुस् । अन्यथा भएमा मूल्य चुकाउनुपर्नेछ।

आनन्दको खोजी: मनको अन्तर्यात्रा

- हरिकृष्ण बराल
(राधामाधव स्वामी)
मूर्ली बगैंचा, वीरगंज

बाहिरबाट हेर्दा देखिएका कुराहरू होइन, मानिसको मनभित्रको पर्दामा चलिरहेका चलचित्रहरू र ती चलचित्रहरूमा मानिसले निर्वाह गरेको भूमिका र मनमा उठेका विचारहरू नै एउटा मानिसको मन भित्रको संसार हो।

आध्यात्मिक संसारमा मन निर्बल र निर्मल हुनुपर्छ। विचार सहिष्णु र उच्च हुनुपर्छ। वचन सुमधुर एवं कोमल हुनुपर्छ। अध्यात्ममा जीवनलाई अध्यात्मसँग जोड्न, ज्ञानलाई जीवनशैलीसँग जोडन सिकाइन्छ । त्यसको लागि सर्वप्रथम जीवनलाई प्रकृतिसँग जोड्न र आफूलाई अनुपयुक्त हुने, अरूको निर्देशनमा भूमिका निर्वाह नगर्ने र अरूद्वारा थोपरिएको सिद्धान्त वा मत छोडन अभ्यास गराइन्छ। अध्यात्मसँग नजोडिएको जीवन, ज्ञानसँग नजोडिएको जीवनशैली, आफूलाई उपयुक्त नलागेको भूमिका र अरूद्वारा थोपरिएको सिद्धान्त भनेको चिम्टाले च्यापेर निकालेको पानी र हातको औंलाले च्यापेर निकालेको आगोको फिलिङ्गो जस्तै हो, जुन एक छिन पनि अडिंदैन । यदि हामीले यो कुरा बुझेनौं भने हामीले पापी राजाका प्रजा र लोभी नेताका जनताले दुःख पाएझैं अत्यन्त दुःख पाउने छौं । जुन मानिस बाहिरी भौतिक संसारमा नै रमाउँछ उसले आध्यात्मिक संसार बुझ्न सक्दैन र बुझ्न जरूरी पनि छैन । भनिन्छ नि, जसको प्यास खोलाको पानीबाट मेटिन्छ उसले मानसरोवरसम्मको यात्रा गर्नै सक्दैन ।

अध्यात्म सहजताको विज्ञान हो । अध्यात्मबाट मानिसमा सद्‌गुण उत्पन्न गर्न सक्ने क्षमता आउँछ। अध्यात्मबाट मानिसले आफूसँग आफैंले प्रतिस्पर्धा गर्न सक्ने गुण प्राप्त गर्न सक्दछ। आध्यात्मिक मानिस आन्तरिक ऊर्जाले आफू सम्पन्न हुन्छ र अरूलाई पनि आन्तरिकरूपले ऊर्जा सम्पन्न गराउन सक्ने क्षमता राख्दछ। आध्यात्मिक मानिसले आफ्नो आत्म–कल्याण गर्नुका साथै अरूको पनि आत्म–कल्याणको मार्ग देखाउँछ। अरूको आत्म–कल्याणको मार्ग देखाउनु नै आन्तरिक जीवन जिउने कला हो । आफ्नो आत्म–कल्याण त कुनै पनि मानिसले चाहेर प्रयास गर्‍यो भने पनि गर्न सक्छ। तर पर–आत्म–कल्याण सबैले गर्न सक्दैन। सच्चा आध्यात्मिक मानिसले मात्र पर–आत्म–कल्याण गर्न सक्छ । जसलाई हामी महापुरुष पनि भन्ने गर्दछौं।

मानिस आफ्नो परिवारसँग समभावपूर्वक रहन सक्नुपर्छ, त्यसपछि समाजसँग समभावपूर्वक रहन सक्नुपर्छ। त्यही समभाव विस्तारित गर्दै विश्व मानवसँग समभावपूर्वक रहन सक्ने बनेपछि मात्र मानिसलाई मानव मात्रको सुख–दुःख आफ्नै सुख–दुःख लाग्न थाल्छ तब मानिस महामानव वा महापुरुष बन्दछ। हामीले शरीरको लागि मात्र सोच्ने हो भने हामीलाई अध्यात्म चाहिंदैन। हाम्रो शरीरलाई त संसार नै प्यारो छ। हाम्रो शरीर विज्ञान अनुसार शरीरलाई यही संसारमा भएको दाल, भात, तरकारी र पानी खाएर पोषण गर्नुपर्छ तर हाम्रो मनले दाल, भात आदि खाँदैन । मनलाई आध्यात्मिक खुराक दिन सके मनले हामीलाई आनन्दकन्द सच्चिदानन्दसम्म पुर्‍याइदिन्छ । पन्छी, हावा र मानिसको मन देशको सिमानाभित्र खुम्चिएर बस्न सक्दैन । उनीहरूले देशको सिमाना पनि मान्दैनन्। मानिसको मन सधैं आनन्दरूपी भगवान् खोज्न दौडिरहन्छ। हाम्रो मन आनन्दित भएर अनन्त यात्रामा नै रमाउने गर्छ। यसलाई आध्यात्मिक पोषण दिन सक्नुपर्छ। नत्र यसको यात्रा निरर्थक हुन सक्छ । आनन्दसम्म पुग्ने उसको यात्रा खण्डित हुन सक्छ।

हाम्रो शरीर भगवानसम्म पुग्न सक्दैन। भगवानसम्म पुग्न सक्ने भनेको हाम्रो मन हो। तर विडम्बनाको कुरा के छ भने हाम्रो मनलाई भगवान हैन, संसार नै रमाइलो लाग्छ। हाम्रो मन संसारमा नै रमाउँछ । हाम्रो मन हामीलाई भगवानसम्म पुर्‍याउन सक्ने एकमात्र साधन भएकोले जबसम्म मनलाई अधीनमा राख्न सक्दैनौं तबसम्म हामी नै मनको अधीन हुन्छौं किनकि हाम्रो मन मायाको पुत्र हो। हाम्रो मन प्राकृत छ। यो प्रकृति–पुत्र हो । जब हाम्रो मन भगवान तिर अगाडि बढ्छ र भगवानको समीप पुग्न–पुग्न आँट्छ तब उसकी आमाले उसलाई आफूतिर बोलाउँछे। एवं प्रकारले मायाले हाम्रो मनलाई हाम्रो आनन्दकन्द भगवान भएको ठाउँमा पुग्न दिंदैन। (क्रमशः)

जीवनी.........

शब्दहरूपछि फोटाहरू सजाइएका छन्। आफ्नो जीवनसित सम्बन्धित महत्त्वपूर्ण फोटाहरू यसमा समेटिएका छन् । फोटाहरूले कृतिको महत्त्व बढाएका छन्, साथमा कतिपय सन्दर्भमा आएका कतिपय पात्रहरूलाई कम्तीमा फोटो नै देख्न पाए हुन्थ्योजस्तो लागेको अवस्थामा कृतिले तिर्सनालाई अलिकति भए पनि शान्त पार्ने प्रयास गरिएको छ।

कृतिभित्रको भाषा उत्कृष्ट छ । कृतिको विषयवस्तु चयन पनि गज्जब छ तर यसको प्रस्तुति अझ व्यवस्थित गर्न सकिन्थ्यो। यस कृतिलाई यात्रा अलिक विस्तार गरेर दुई कृति बनाउँदा साहित्यको क्षेत्रमा अलग महत्त्व हुन्थ्यो। पहिलो कृति हुन सक्थ्यो – काठमाडौं पेरिस काठमाडौं र रेल यात्रा । अर्को कृति हुन सक्थ्यो – साहस र आँटले डोऱ्याएको जिन्दगी।

यति हुँदाहुँदै पनि कृति शक्तिशाली छ । अमेरिका पुग्न नसकेको देखाइए पनि साँच्चीकै साहसको स्रोतको रूपमा यो मूल्यवान कृति बन्न पुगेको छ । एउटा नेपाली केटाको यो साहसिक यात्रा हो र निष्कर्ष छ– आँटे सम्भव नहुने केही छैन।

अन्तर्राष्ट्रिय समाचार

श्रीलङ्काका राष्ट्रपतिद्वारा आर्थिक सङ्कट समाधान गर्न अन्तर्राष्ट्रिय सहयोग आह्वान

श्रीलङ्का, १३ जेठ/एएनआई

देश गम्भीर आर्थिक सङ्कटबाट गुज्रिरहेका बेला राष्ट्रपति गोटाबाया राजापाक्षेले बिहीवार अन्तर्राष्ट्रिय समुदायलाई श्रीलङ्कालाई औषधि, खाद्यान्न आपूर्ति र इन्धनको आवश्यकता पूरा गर्न मदत गर्न आह्वान गरेका छन् ।

"हामी अहिले गम्भीर आर्थिक सङ्कटबाट गुज्रिरहेका छौं जसले सबै श्रीलङ्कालीहरूको जीवनमा गहिरो प्रभाव पारेको छ, जसको परिणामस्वरूप सामाजिक असमानता उत्पन्न भएको छ। हामीलाई तुरुन्तै अन्तर्राष्ट्रिय समुदायबाट सहयोगको आवश्यकता छ र म श्रीलङ्काका अन्य साथीहरूलाई पनि यो कठिन समयमा मेरो देशलाई समर्थन गर्न निम्ति अपील गर्दछु"– राजापाक्षेले २७ औं अन्तर्राष्ट्रिय सम्मेलनलाई सम्बोधन गर्दै भने ।

जापानको टोकियोमा भिडियोमार्फत आयोजित फ्युचर अफ एशिया कार्यक्रमलाई सम्बोधन गर्दै राष्ट्रपतिले सो कुरा उल्लेख गरेको डेली मिररले जनाएको छ। चरम आर्थिक समस्याका बीच श्रीलङ्काले हालै करीब ५१ अर्ब अमेरिकी डलर बराबरको विदेशी ऋण चुक्ता गरेको छ ।

साथै गलत आर्थिक नीतिहरूले देशले पर्याप्त इन्धन किन्न नसक्ने र खाद्यान्न एवं अन्य आधारभूत आवश्यकताहरू जस्तै खान पकाउने इन्धन र ग्याँसको चरम अभावको सामना गर्नुपरेको छ ।

"कोभिड–१९ बाट पर्यटन उद्योगमा परेको असर र अन्य कारण विदेशी कामदारहरूको भित्री रेमिट्यान्समा तीव्र गिरावट र श्रीलङ्काको उच्च ऋण दायित्वसँग मिलेर अन्य घटनाहरूको कारणले बढ्दो मुद्रास्फीतिले गम्भीर वित्तीय सङ्कट निम्त्याएको छ। "भविष्यमा विश्वले सामना गर्ने अझ व्यापक समस्या भनेको खाद्य सुरक्षासँग सम्बन्धित छ । आगामी महीनाहरूमा खाद्यान्नको अभाव र खाद्यान्नको मूल्यमा भएको तीव्र वृद्धिले धेरै देशहरूमा ठूलो दबाब दिनेछ"– डेली मिररले राष्ट्रपतिलाई उद्धृत गर्दै उल्लेख गरेको छ ।

राष्ट्रपतिले युक्रेन–रूस द्वन्द्वले कोभिड–१९ को महामारीपछि पीडित मुलुकमा सङ्कट थपेको भन्दै त्यस्ता जोखिममा परेका राष्ट्रहरूलाई सहयोग गर्न अन्तर्राष्ट्रिय समुदायलाई आग्रह गरेका छन् । उनले मुलुकमा देखिएको सङ्कट समाधान गर्न राष्ट्रहरूबीच सहकार्य बढाउन पनि विशेष जोड दिएका छन् ।

"श्रीलङ्काले सामना गरिरहेको गम्भीर कठिनाइहरू कोभिड–१९ महामारीको प्रभावहरूको प्रारम्भिक सङ्केत हो । त्यस्तै युरोपमा जारी द्वन्द्वले अन्य कमजोर राष्ट्रहरूलाई क्षेत्रीय र विश्वव्यापीरूपमा पनि असर गर्न सक्छ"– उनले भने ।

राष्ट्रपतिले यस जटिल समस्यामा ध्यान दिन र कृषि उत्पादनलाई स्थानीय तहमा प्राथमिकता दिन जोड दिएका छन्। उनले देशवासीलाई यस्ता विकराल समस्याको सामना गर्ने उपाय खोज्न पनि आग्रह गरेका छन् ।

"जापान श्रीलङ्काको प्रमुख विकास साझेदारहरूमध्ये एक हो र हामी आशा गर्छौं अहिले जापानबाट कोष जुटाउने सम्बन्धमा भइरहेको वार्ता छिट्टै टुङ्गिनेछ र हामीले अर्थतन्त्र र राष्ट्रलाई स्थिर बनाउन प्रयास गर्नेछौ"– डेली मिररले राजापाक्षेलाई उद्धृत गर्दै उल्लेख गरेको छ ।

खाद्यान्न र इन्धनको अभाव बढ्दो मूल्य र बिजुली कटौतीका कारण श्रीलङ्काले स्वतन्त्रतापछि सबैभन्दा खराब आर्थिक सङ्कटको सामना गरिरहेको छ। अर्थतन्त्र राम्रो अवस्थामा नभएकोले अन्तर्राष्ट्रिय ब्याजदर बढ्ने उच्च जोखिम रहेको प्रस्ट देखिन्छ। अहिले अन्तर्राष्ट्रिय खाद्यान्नको मूल्य बढ्ने खतरा पनि उत्तिकै टडकारो छ। रासस

आजको राशिफल

मेष – भाग्योदय	वृष – खर्चवृद्धि
मिथुन – सफलता	कर्कट – कर्मप्राप्ति
सिंह – अस्वस्थता	कन्या – वादविवाद
तुला – व्यापारवृद्धि	वृश्चिक – शत्रुभय
धनु – कार्यनाश	मकर – भयचिन्ता
कुम्भ – मित्रमिलन	मीन – कान्तिक्षय

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

देवनन्दन देवराज मावि रामनगरीको पोखरी ठेक्काको सूचना

प्रथमपटक प्रकाशित सूचना:मिति २०७९/०२/११ गते

जिल्ला पर्सा बहुदरमाई नपा वडा नं. ८, कित्ता नं. ९३ (क) को क्षेत्रफल १–१५–० एक बिगहा पन्द्रह कठ्ठामा रहेको पोखरी खुल्ला बढाबढद्वारा मिति २०७९।०२।२७ गते शुक्रवार दिउँसो ११:०० बजेदेखि विद्यालय प्राङ्गणमा ठेक्का हुने भएकोले निम्न शर्तको आधारमा बढाबढ हुने भएकोले उक्त बढाबढमा सहभागी हुन मिति २०७९/०२/२६ गते अपराह्न ४ बजेसम्म रीतपूर्वक बोलपत्र दर्ता गराउन अनुरोध गरिन्छ ।

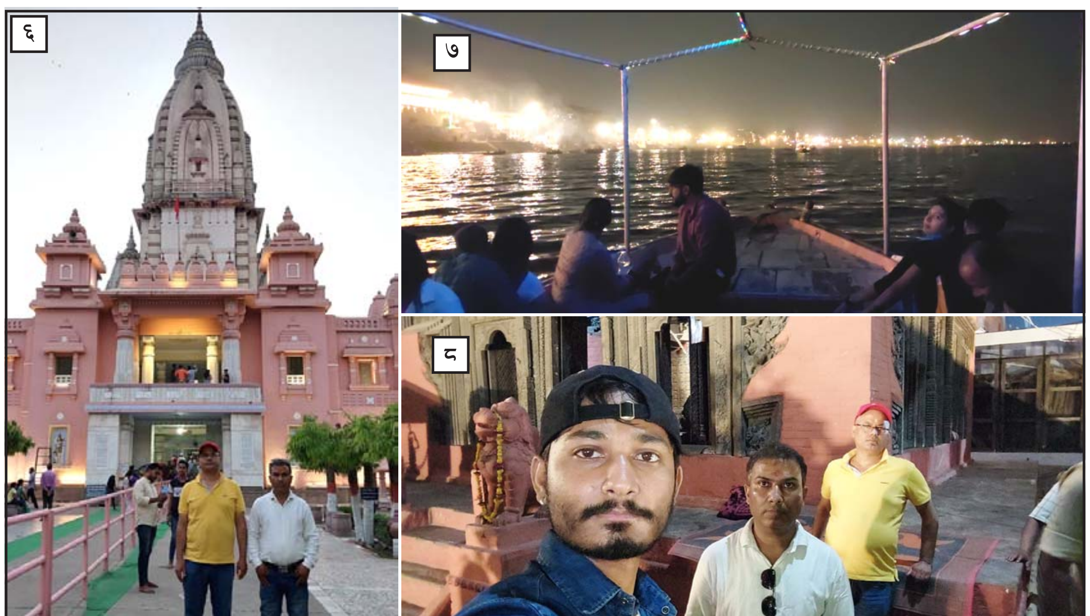
निम्न शर्त

१) यो ठेक्का २०७९ असार १ गतेदेखि २०८४ असार मसान्तसम्म ५ वर्षको हुनेछ।
२) ठेक्काको बोल बोल्ने बेलामा रकमको ५ प्रतिशत रकम धरौटी राख्नुपर्नेछ। सबभन्दा बढी बोल्ने ठेकेदारको धरौटी रकमबाहेक बाँकी सबैको धरौटी रकम फिर्ता गरिने छ ।
३) ठेक्का सकार गरेको रकम १० किस्तामा गरी पहिलो किस्ता ठेक्का भएको मितिले १५ दिनभित्र अग्रिम किस्ताको रूपमा बुझाउनुपर्नेछ ।
४) हरेक वर्षको माघ र असार मसान्तभित्र किस्ता रकम बुझाउनुपर्नेछ । सो अवधिभित्र नबुझाएमा ५ प्रतिशत रकम जरिवानासहित १ महीनाभित्र विद्यालयको खातामा बुझाउनुपर्नेछ । सो अवधिभित्र पनि नबुझाएमा ठेक्का स्वत: बदर हुनेछ ।
५) एकमुस्ट सबै किस्ताको रकम बुझाए ५ प्रतिशत रकम छुट पाइने छ ।
६) अन्तिम किस्ता २०८३ माघ मसान्तमा हुनेछ र सोही किस्तामा अग्रिम किस्ता र ५ प्रतिशत धरौटी मिनाहा गरिने छ ।
७) पहिलो अग्रिम किस्ता १५ दिनभित्र नबुझाए किस्ताको २.५ प्रतिशत रकम जरिवानासहित ७ दिनभित्र बुझाउनुपर्नेछ। सो अवधिभित्र पनि रकम नबुझाएमा धरौटी रकम जफत गरी ठेक्का बदर गरिने छ ।
८) पोखरीको न्यूनतम ठेक्का अङ्क रु ३५,००,०००। अक्षरेपी रु पैंतीस लाख हुनेछ।
९) दैवी प्रकोपबाहेक पोखरी जुन अवस्थामा लिएको हो सोही अवस्थामा छोड्नुपर्नेछ।
१०) पोखरीको पश्चिमतर्फको डिलदेखि १० फिट भित्रसम्म पोखरीमा छठ घाटको लागि सिंढी निर्माण गर्ने कार्यमा ठेकेदारले कुनै किसिमको अवरोध गर्न पाउने छैन ।
११) सबभन्दा बढी बोल बोल्ने ठेकेदारलाई ठेक्का दिइने छ । तर उक्त ठेकेदारले आफ्नो धरौटी जफत गराई ठेक्का नलिए पुन: अर्को ठेक्का गरिने छ।
१२) ठेक्कासम्बन्धी निर्णय लिने अधिकार विद्यालयमा निहित रहने छ ।

विस्तृत जानकारीको लागि सम्पर्क : मनोजकुमार श्रीवास्तव (प्रअ) : ९८५५०३७७६६

धार्मिक यात्राको ....

प्रवेशद्वारमा सुरक्षा चेकजाँचपछि मन्दिर क्षेत्रमा प्रवेश गरेलगत्तै मन्दिरको सौन्दर्य देखेर हामी अचम्मित थियौं। कता–कता हेर्ने ? यता हेरे उताको छुटा छुट्ने अवस्था थियो । बिस्तारै अघि बढ्दै एक तला तल झर्‍यौं । पचास मिटरजतिको दश चक्कर लगाएपछि पुनः सुरक्षा जाँच पश्चात् मन्दिर प्राङ्गडमा प्रवेश पाइयो । मन्दिरको बनोट सार्‍है सुन्दर थियो ।



६. बिएचयु स्थित नयाँ काशी विश्वनाथ मन्दिरमा सम्पादक तथा लेखकद्वय, ७. गंगा घाटको सन्ध्याकालीन तस्विर, ८. ललिताघाट अवस्थित श्रीसाम्राज्येश्वर पशुपतिनाथ महादेव मन्दिरमा हामी ।

आयताकार फराकिलो प्राङ्गणको मध्यबिन्दुमा सुन्दर र विशाल काशी विश्वनाथ मन्दिर हेरेर मुग्ध नहुने कुरै थिएन । मन्दिरभित्र विराजमान बाबा विश्वनाथको दर्शनका लागि ठूलो सङ्ख्यामा भक्तजन लामबद्ध थिए । मन्दिर प्राङ्गणमा प्रवेश गर्ने दुईवटा मुख्य प्रवेद द्वार छन् । प्रवेश गरेकै द्वारबाट लामबद्ध भइ दर्शन–पूजन गर्ने नियम छ।

दर्शनार्थीका लागि दुइतर्फी व्यवस्थाले पहिलेभन्दा विश्वनाथ दर्शन–पूजन निकै सजिलो भएको छ । दुग्धपात्र हातमा लिएर हामी पनि लामबद्ध भयौं। द्वारदेखि शिवलिङ्गसम्म करीब दुई/तीन मिटर लामो अर्घ पात्र थियो । भीड नभएको बेला मन्दिर प्रवेश गर्न र सीधै शिवलिङ्गमा जल/दूध अर्पण गर्न मिल्छ । तर भीड भएमा द्वारबाटै अर्घ पात्रमार्फत जल अर्पण गर्ने व्यवस्था मिलाइएको छ ।

त्यस दिन अत्यधिक भीड थियो । त्यस कारण अर्घ पात्रमार्फत दुग्ध–पुष्प अपर्ण गरेर बाबा विश्वनाथलाई स्नान गराउने सौभाग्य प्राप्त भयो। जय भोलेको नारा, शङ्ख र घण्टको नाद तथा पुष्प, धुप र अगबत्तीको सुगन्धका साथै सफासुग्घर प्राङ्गणभित्रको वातावरणले अर्कै लोकमा आइपुगेझैं प्रतीत हुन्थ्यो ।

पुडी–तरकारी

अघि पूजन सामग्री खरीद गरेको पसलमा मोबाइल र पर्सलगायत सामान लिन आइपुग्यौं। सोही पसलमा वीरगंजका चिनजानका मानिसहरूसँग भेट भयो । हामीमध्ये एकजना अचानक मुर्मुरिए "मेरो जुता त पसलमैं छुट्यो ।" उनको अनुहारको भाव देखेर त्रसित हाम्रो मनोविज्ञान जुत्ता छुटेको कुरा सुनेपछि ठहाकामा परिणत भयो । हाँसो र ठट्टा गर्दै झन्डै एक किमि पछाडि फर्किनुपर्‍यो। जुत्ता भेटेपछि उनको मुहारमा खुशी छर पस्ट देखियो।

करीब पाँच सय मिटर हिंडेपछि खाजाका थुप्रै पसलहरूमध्ये एक पुडी–तरकारीको पसलतर्फ ध्यान आकृष्ट भयो। थपीथपी पुडी–तरकारी–जलेबी खाइयो । खाली पेटमा अन्न परेपछि थकित शरीर उच्च तापक्रमका कारण सुस्त हुन थाल्यो । आराम गर्न हामी होटल फर्कियौं र वीरगंजका साथीहरू आफ्नो गन्तव्यतिर लागे। हामी होटलमा आराम गरिरहेकै बेला वाराणसी यात्रामा आएका साला अनुप मिश्रसँगै छोरा प्रवीण मिश्र होटल आइपुगे ।

दालमण्डी मार्केट

दिउँसो दुई बजे पुनः हामी शहर घुम्न निस्कयौं। कडा घाम र सहि नसक्नु तापमानले लस्सीतर्फ हामी आकर्षित भयौं। गोदौलिया चोकनजीक एउटा लस्सी पसलमा गयौं। बेन्चमा बसेर गफ गर्दै लस्सी पिइरहेका मानिसहरूले ठूलो क्षेत्रफलमा फैलिएको 'दालमण्डी' बारे बताए । चर्को घाम त थियो नै, दूरी र दिशा थाहा नभएकोले हामीलाई रिक्शामा जानु उपयुक्त लाग्यो। रिक्शा चालकले भडा रु तीस भनेपछि हामीलाई टाढा होला भन्ने लागेको थियो। तर रिक्शामा चढेको पाँच/छ मिनेटमैं रिक्शा रोकेर चालकले भन्यो, "साहब र यही है दालमण्डी ।"

दालमण्डीमा दालबाहेक अन्य पसल होला भन्ने त पटक्कै लागेको थिएन । दाल मण्डी पुगेपछि दुईवटा कुरा थाहा भयो–पहिलो, यहाँ घरायसी प्रयोजनका सबैथोक पाइन्छ र दोस्रो बजारको नाम 'दालमण्डी मार्केट' हो । वाराणसीको धेरै पुरानो उक्त बजार मुस्लिमबहुल क्षेत्र हो । कपडा, रेडिमेड सामान, घडी, मोबाइल, शृङ्गार, किराना र सेवई लगायत सबैथोक पाइने उक्त बजारमा छिटपुट मिठाई तथा लस्सीका पसल थिए। चीसो लस्सी पिएपछि अर्को गन्तव्य बनारस हिन्दू विश्वविद्यालयतर्फ लाग्यौं।

नयाँ विश्वनाथ मन्दिर

दालमण्डी मार्केटबाट देहलु गली हुँदै टेम्पु तथा त्यसपछि सरकारी एसी बसको यात्रा गरी लगभग चार किमि टाढा लङ्का चोक पुग्यौं। लङ्काचोकदेखि टेम्पुमा सवार भई 'सर सुन्दरलाल अस्पताल' हुँदै बनारस हिन्दू विश्वविद्यालय क्षेत्र अवस्थित श्री काशी विश्वनाथ मन्दिर पुग्यौं । यस मन्दिरलाई 'नयाँ विश्वनाथ मन्दिर' भनिन्छ ।

मुख्य द्वारबाट प्रवेश गरेपछि बनारस हिन्दू विश्वविद्यालयका संस्थापक मदन मोहन मालवीयलाई मूर्तिरूपमा हेर्न पाइयो। फराकिलो, खुला तथा शान्त वातावरण यस मन्दिरका विषेशता हुन्। मन्दिरको सुन्दरता र सफाइ वर्णन गरेर साध्य छैन । मन्दिरसँगै रहेको सुन्दर पार्कमा मानिसहरूको घुइँचो थियो । मोबाइलमा तस्वीर खिच्ने र भिडियो बनाउनेहरूहरू बढी थिए। सोही मन्दिरमा छोरा प्रवीण अध्यनरत सङ्कायका प्रमुख प्रोफेसर जिसीआर जयसवालसँग भेट भयो । मन्दिरको कुनाकाप्चासम्म अवलोकल गरेर अर्को गन्तव्य अस्सी घाट तर्फ लाग्यौं ।

गङ्गा आरती

बनारस हिन्दू विश्वविद्यालयभन्दा सबैभन्दा नजीक लगभग तीन किमि टाढा अस्सी घाट आइपुग्दा गङ्गा आरती भइरहेको थियो। त्यहाँको मनोरम दृश्य हेरेर मन्त्रमुग्ध नहुने कुरै थिएन। शङ्ख र घण्टको नादसँगै धुप–अगरबत्तीको सुगन्ध र प्रज्जवलित दीपबाट गङ्गा आरती भइरहेको दृश्य अनुपम थियो । सन्ध्याकालीन गङ्गा आरतीमा सहभागी भक्तजनको भीडको वर्णन गरेर साध्य छैन ।

गङ्गा किनारमा साना–ठूला गरी थुप्रै आकार–प्रकारका डुङ्गा तथा स्टिमर खडा थिए। सोहि मध्ये चाँडै खुल्न सक्ने अनुमान गरी सबैभन्दा बढी यात्रु रहेको स्टिमरमा हामी पनि विराजमान भयौं। स्टिमर नखुलेसम्म हामीले स्टिमरमा बसीबसी गङ्गा आरती र गङ्गा नदीको मनोरम दृश्य अवलोकन गरिरह्यौं।

आधा घण्टापछि स्टिमर बिस्तारै अघि बढ्न थाल्यो । रात्रिकालीन शान्त वातावरणमा गङ्गाको पानीमा चलिरहेको स्टिमरमा विराजमान यात्रुहरूको ध्यान विभिन्न घाटको अवलोकनमा केन्द्रित थियो। यात्रुहरू रुचि अनुसारको तस्वीर मोबाइल र कैमरामा कैद गरिरहेका थिए।

गङ्गा तटमा विविध नामका झन्डै अठासी घाट छन् । अस्सी घाटदेखि स्टिमरमा सवार भई तुलसी घाट, चेत सिंह घाट, महाराजा हरिश्चन्द्र घाट

९. श्रीसाम्राज्येश्वर पशुपतिनाथ महादेव मन्दिर, ललिताघाट, डा. गोपालप्रसाद अधिकारी, महासचिव, श्री साम्राज्येश्वर पशुपतिनाथ महादेव मन्दिर तथा धर्मशाला सञ्चालक समिति, वाराणसी, ११. बायाँदेखि दोस्रो गुरूआमासँग वृद्धाश्रमका वृद्धाजन ।

(दाहसंस्कार गर्ने घाट), दरभङ्गा घाट, दशाश्वमेघ घाट, मीर घाटलगायत घाटहरूको अवलोकन गर्दै यात्रा जारी थियो ।

ललिताघाट दृश्यमान भएपछि हामीले चालकलाई ललिताघाट ओरालिदिन भन्यौं। चालकले भने मणिकर्णिका घाटबाट फर्केपछि मात्र सम्भव हुने बताए। अस्सीघाटदेखि मणिकर्णिका घाटसम्म जाँदा गङ्गाको मध्य भाग भएर जानुपर्छ। त्यसैगरी मणिकर्णिका घाटदेखि अस्सी घाटतर्फ फर्किंदा घाटछेउ भएर फर्किने रुट निर्धारण गरिएको चालकबाट अवगत भयो ।

फर्कंदा ललिताघाट पुग्नै लाग्दा स्टिमरको जेनेरेटर तातेर ठूलो आवाजसहित कालो धूवाँ फाल्दै बन्द भयो। ललिताघाट करीब तीन सय मिटर पर थियो । बीच मझधारमा जेनेरेटर बन्द भएपछि दुर्घटनाको जोखिमले त्रसित नहुने कुरै थिएन । न हामी पौडी खेल्न सक्षम थियौं, न सुरक्षा जैकेटको नै बन्दोबस्त थियो। वाराणसीमा दुर्घटनालाई मध्यनजरगरी स्टिमर/डुङ्गामा सवार यात्रुहरूलाई सुरक्षा जैकेट प्रदान गर्ने नियम छ । तर कार्यान्वयन पटक्कै नरहेको यात्रीहरूबाट थाहा भयो । दुर्घटनाको जोखिम मध्यनजरगरी सरकारी स्तरबाट कडाइ हुनुपर्ने यात्रुहरूको तर्क थियो ।

चालक चेकजाँच गर्न थाल्यो । स्टिमरको गति बिस्तारै कम हुँदै गइरहेको थियो । यद्यपि चालक ललिताघाटसम्म पुग्न प्रत्यत्नशील देखिन्थ्यो । हामीसँगै अन्य यात्रुको अनुहारमा त्रसित भाव स्पष्ट देखिन्थ्यो । रामकृपाले हामी सुरक्षित ललिताघाट ओर्लियौं। र नेपाली मन्दिरको प्राङ्गणमा प्रवेश गर्‍यौं ।

ललिताघाट

सधैंको मनोकामना यसपटक पूरा भयो । अहिले हामी ललिताघाटस्थित पशुपति महादेव मन्दिरको प्राङ्गणमा उपस्थित थियौं। प्राङ्गणमा भारतीय प्रहरी दृश्यमान भए । उनीहरू किन र केका लागि आएका रहेछन् भन्ने कुराप्रति हामी अनभिज्ञ थियौं । निधारमा रातो टीका तथा श्वेत वस्त्रमा सुसज्जित पुजारीजस्तै देखिने एक युवालाई दण्डवत गरी मैले सोधे, 'के तपाई यहाँको पुजारी हुनुहुन्छ ?' शायद जवाफ दिनु अघि उनले मेरो परिचय जान्न चाहे । मैले परिचय दिइसकेपछि गुरुजी मन्दिरभित्र रहेको कुरा अवगत भयो ।

श्रीसाम्राज्येश्वर पशुपतिनाथ महादेव मन्दिर तथा धर्मशाला सञ्चालक समितिका महासचिव डा गोपालप्रसाद अधिकारी (गुरुजी) अन्य दुईजनासँगै बाहिर निस्किए। मैले गुरुजीलाई ढोग–दण्डवत् गरेपछि भेट्न आएको उदेश्य बारे अवगत गराएँ ।

दुई दिनपछि प्रधानमन्त्री शेरबहादुर देउवा वाराणसी आउने कार्यक्रम थियो। त्यसै सेरोफेरोमा सुरक्षा व्यवस्थाबारे गुरुजीसँग छलफलका लागि वाराणसीका प्रशासनका उच्च अधिकारीहरू आएका रहेछन्। प्रहरी अधिकारीहरू गइसकेपछि कुरा गर्ने गुरुजीको निर्देशनपछि त्यहाँ उपस्थित वृद्धाहरूसँग भलाकुसारी गर्न थालें । कुराकानीको क्रममा शारीरिक शक्ति क्षीण, बुढ्यौलीमा वृद्धाश्रममा सुत्ने र बस्नेलगायत न्यूनतम संसाधनको अभावले कष्टकर जीवन बितिरहेको वृद्धाहरूको अवस्था मलाई अनुभूत भयो। ललिताघाट अवस्थित नेपाली वृद्धाश्रममा नेपालका विभिन्न जिल्लाका गरी झन्डै १०/१२ जना वृद्धाहरू थिए ।

राति १० बजे पनि सुरक्षा छलफल जारी देखेपछि समय पाए भोलि आउने भन्दै गुरुजीसँग बिदा लिएँ। ललिताघाट देखि गङ्गा तट हुँदै गोदौलियातर्फ गर्‍यौं। केहि दिन अघि गुरुजीसँग भएको फोन संवादमा १८ करोडको लागतमा निर्माण हुने वृद्धाश्रमको भूमिपूजन प्रधानमन्त्री शेरबहादुर देउवाबाट भएको कुरा अवगत भयो । ललिताघाटबाट हिंडेपछि आधा घण्टामा गोदौलिया पुगियो । एकाध सामग्री किनमेल गरी होटलतर्फ लाग्यौं।

क्रमशः ...

वीरगंज महानगरपालिकाको सूचना

यस वीरगंज महानगरपालिका क्षेत्रभित्र सार्वजनिक स्थलमा आवागमनमा बाधा पर्ने गरी निर्माण सामग्री थुपार्ने, फूटपाथमा पसल सञ्चालन गर्ने, गाईवस्तु तथा चौपाया छाडा छोड्ने, जथाभावी फोहर फाल्नेलगायत नियम विपरीत कार्य नगर्न नगराउन जानकारी गराइन्छ । साथै उक्त कार्य गरेको पाइएमा कानूनबमोजिम जरिवानाको साथै सोको व्यवस्थापन गर्दा लागेको सम्पूर्ण खर्चसमेत सम्बन्धितबाट असुल उपर गरिने बेहोरा सम्बन्धित सबैमा जानकारीको लागि यो सूचना प्रकाशित गरिएको छ ।

वीरगंज महानगरपालिका, पर्सा

तीन महिलासहित ३४ जनाद्वारा रक्तदान

प्रस, पोखरिया, १३ जेठ/

रक्तसञ्चार केन्द्र वीरगंजमा रगत

अभाव भएपछि नेपाल रेडक्रस सोसाइटी पोखरिया उपशाखाले शुक्रवार रक्तदान कार्यक्रम आयोजना गऱ्यो ।

पोखरिया नगरपालिका–४ बजारमा आयोजित रक्तदान कार्यक्रममा तीनजना महिलासहित ३४ जनाले रक्तदान गरेका थिए । सलमा खातुन, जनार्दन गिरी, शिवरञ्जन पटेल, अमित चौहान, अफरोज आलम, सिद्धान्तकुमार पटेल, सञ्जय साह, प्रकाश कलवार, प्रमोद ठाकुरलगायतले रक्तदान गरेको रक्तसञ्चार केन्द्र वीरगंजका प्राविधिक धीरेन्द्र झाले बताए ।

रक्तदान कार्यक्रम नेपाल रेडक्रस सोसाइटी पोखरिया उपशाखाका सभापति भगवानप्रसाद कुर्मीको अध्यक्षतामा भएको थियो भने नवनिर्वाचित नगरप्रमुख प्रद्युम्न चौहान, निवर्तमान नगरप्रमुख दीपनारायण रौनियार, नेरेसो मधेस प्रदेशका सभापति फूलमहम्मद मियाँ, पर्सा शाखाका सभापति वीरेन्द्रराज कँडेललगायतको सहभागिता थियो ।

सर्वोच्चले आदेश पुनरवलोकन गरोस्– अध्यक्ष गुप्ता

प्रस, वीरगंज, १३ जेठ/

वीरगंज उद्योग वाणिज्य सङ्घका अध्यक्ष सुबोधकुमार गुप्ताले विज्ञप्ति प्रकाशित गरी सर्वोच्च अदालतले निजगढमा बन्न लागेको अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थल सम्बन्धमा जारी गरेको अन्तरिम आदेशप्रति सङ्घको ध्यानाकर्षण भएको बताएका छन् ।

उनले सर्वोच्चले सो ठाउँमा अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थल नबनाई विकल्प खोज्न अन्तरिम आदेश जारी गरेकोमा सो निर्णयलाई हठात् भएको भनी प्रतिक्रिया दिएका छन् । उनले करीब ३ दशकदेखि त्रिभुवन अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थल साँघुरो भई थप एक अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थल बनाउने भनी विभिन्न कार्यदल अध्ययनको प्रतिवेदनको आधारमा सबैभन्दा उपयुक्त स्थल निजगढलाई ठहऱ्याई सरकारको निर्णय अनुसार त्यहाँ विमानस्थल बनाउने निर्णय भएको र सोको लागि आजसम्म अरबौं रुपियाँ खर्च भई प्रारम्भिक कार्यसमेत सञ्चालनमा रहेको अवस्थामा सम्मानित अदालतबाट हठात् विकल्प खोज्ने आदेश हुनु दुःखद भएको विज्ञप्तिमा उल्लेख गरेका छन् ।

अध्यक्ष गुप्ताले निजगढ अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थल काठमाडौंको सबैभन्दा नजीकको विमानस्थल रहेको बताउँदै विमानस्थललाई दृष्टिगत गरी सरकारले अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको फास्ट ट्र्याक निर्माण गरिरहेको र सो निर्माण भएपछि काठमाडौं ८० किमी दूरीमा तय गर्न सकिने र सोको लागि डेढ घण्टा समय लाग्ने बताउँदै देशको विकास निर्माणमा सबै अङ्गको समान जवाफदेहिता हुनुपर्ने उल्लेख गरेका छन् ।

उनले विशेष गरेर विकास निर्माणका कार्यमा न्यायपालिकाबाट हुने ढिलासुस्तीले अहिले पनि नकारात्मक असर परिरहेको परिप्रेक्ष्यमा निजगढ अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थल निर्माण नगर्ने आदेशले गर्दा यस क्षेत्रको विकासमा नै नकारात्मक असर पर्ने भएकोले यो निर्माण तत्काल पुनरवलोकन हुन जोडदार माग गरेका छन् ।

देवताल गापामा एम्बुलेन्स सेवा निश्शुल्क

तस्वीर: प्रतीक

प्रस, जीतपुर, १३ जेठ/

देवताल गाउँपालिकाले गाउँवासीको लागि एम्बुलेन्स सेवा निश्शुल्क गरेको छ । गापाबाट सञ्चालित हुँदै आएको एम्बुलेन्स सेवा पर्सा, बाराका अस्पतालहरूमा बिरामी लैजान निश्शुल्क गरिएको गापा अध्यक्ष उदयप्रसाद यादवले जानकारी गराए ।

यसैगरी एम्बुलेन्स सेवा भारतको छौडादाना, आदापुर, रक्सौलसम्म निश्शुल्क गरिएको उनले बताए । सोबाहेक ठाउँमा एम्बुलेन्स सेवा प्रयोग गर्दा इन्धन मात्र बिरामीका आफन्तले बेहोर्नुपर्ने उनले बताएका छन् ।

Make your stay with us is a
memorable experience

Lords Plaza Birgunj is a world class hotel built to treat all types of travelers. This beautiful hotel is equipped with contemporary Rooms and Suites, Business Center, Four Conference Rooms, Three Food and Beverage outlets - Bar, Multi Cuisine Restaurant & Roof Top Dining, Spa, Gym, Pool and Casino.

Diyalo Lords PLAZA
Exhilarating Hospitality
Birgunj

Call - 51525252, 98028 19788, 98028 19787

Aadarsh Nagar, Birgunj, Nepal, www.lordshotels.com,

भारतको सहयोगमा विद्यालय उद्घाटन

प्रस, वीरगंज, १३ जेठ/

भारत सरकारको अनुदान सहयोगमा मुस्ताङ जिल्लाको लोमान्थाङ गाउँपालिका–३ छोनहुपस्थित श्रीपाल एवं नाम्ग्याल गुम्बा विद्यालयको स्तरोन्नत भवनको उद्घाटन गरिएको छ ।

भारतीय राजदूतावास काठमाडौंका कार्यवाहक राजदूत नामग्य सी खम्पाले सो विद्यालयको उद्घाटन गरेकी हुन् । सो अवसरमा कार्यवाहक राजदूत खम्पाले विद्यालयलाई एउटा स्कूल बस र घरपझोङ गाउँपालिकालाई एउटा एम्बुलेन्स उपहार प्रदान गरिन् ।

'भारत–नेपाल विकास सहकार्य' कार्यक्रम अन्तर्गत एवं उच्च प्रभाव सामुदायिक विकास परियोजना अनुरूप भारत सरकारको अनुदान सहयोगमा रु २ करोड ६३ लाखको लागतमा विद्यालयको स्तरोन्नत संरचना निर्माण भएको हो ।

३५ किलो गाँजासहित दुईजना पक्राउ

प्रस, जीतपुर, १३ जेठ/

बारा प्रहरीले पथलैयाबाट ३५ किलो गाँजासहित दुईजनालाई पक्राउ गरेको छ ।

जिल्ला प्रहरी कार्यालय, बाराले जीतपुरसिमरा उपमहानगर–१ पथलैया, तीनकुने चोकबाट ३५ किलो गाँजा बरामद भएको र गाँजासँगै हेटौंडा उपमहानगरपालिका–१३ वनस्पति बस्ने ३९ वर्षीय सजन स्याङतान र ३५ वर्षीय भुवन तितुङलाई पक्राउ गरिएको बताए । हेटौंडाबाट सिमरातर्फ आउँदै गरेको ना.२ ह २८८८ नम्बरको अटो चेकजाँच गर्ने क्रममा प्रहरी चौकी पथलैयाले उक्त परिमाणको गाँजा बरामद गरेको हो । गाँजा बरामद भएपछि टेम्पोचालक, सजन र सोमा सवार भुवनलाई पक्राउ गरी लागू औषध सम्बन्धमा मुद्दा चलाइएको बारा प्रहरीका प्रवक्ता प्रनाउ राजेश थापाले बताए ।

वीरगंज–२४ मा पदभार ग्रहण

तस्वीर: प्रतीक

प्रस, वीरगंज, १३ जेठ/

वीरगंज महानगरपालिका–२४ का वडाध्यक्ष विजय पटेलले शुक्रवार पदभार ग्रहण गरेका छन् ।

वडा कार्यालयले आयोजना गरेको पदभार ग्रहण तथा सम्मान कार्यक्रममा प्रमुख अतिथि प्रदेशसभा सदस्य केन्द्रीय सदस्य रमेश कुर्मीले नवनिर्वाचित वडाध्यक्षलाई शुभकामना दिएका थिए ।

हावाहुरीबाट बचौं र बचाऔं ।

- घरको संरचना बलियो बनाऔं,
- हावाहुरी चल्न थालेपछि झ्याल–ढोका थुनौं,
- छानालाई राम्ररी हुक तथा तारले कसेर बाँधौं,
- छतमा गमला सुरक्षित रूपमा राखौं,
- जस्तापातालगायतका वस्तुहरू खुला र जथाभावी नछोडौं,
- हावाहुरी चलेमा भागदौड नगरौं, बिस्तारै सुरक्षित स्थानमा जाऔं,
- हावाहुरी चलेमा भागदौड नगरौं, बिस्तारै सुरक्षित स्थानमा जाऔं,
- सुरक्षित ओत नभेटे थुचुक्क बसेर दुवै हातले टाउको छोपी घोप्टो परौं,
- हावाहुरी चलेको समयमा सवारी साधन रोकेर सुरक्षित स्थानमा बसौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

खेलकूदको संसार

नेपाल टी ट्वान्टी लिगको टेन्डर खुला

काठमाडौं, १३ जेठ/रासस

नेपाल क्रिकेट सङ्घ (क्यान)को आयोजनामा हुन लागेको नेपाल टी–ट्वान्टी लिग प्रतियोगितामा टिम खरीदका लागि खुला टेन्डर आह्वान गरिएको छ ।

आगामी असोज ८ देखि कात्तिक ५ गतेसम्म हुने उक्त प्रतियोगिताका लागि टिम खरीद गर्न इच्छुक लगानीकर्तालाई टेन्डर आह्वान गरिएको क्यानद्वारा आज सार्वजनिक प्रेस विज्ञप्तिमा उल्लेख गरिएको छ ।

क्यानले औपचारिकरूपमा पहिलोपटक आयोजना गर्न लागेको उक्त प्रतियोगिताको टेन्डरको मिति भने यही जेठ २७ गतेसम्म तोकिएको छ ।

क्यानको गत मङ्गलवार बसेको बोर्ड बैठकले छवटा नाम अनुमोदन गरेको थियो । जसमा विराटनगर, जनकपुर, काठमाडौं, पोखरा, लुम्बिनी–भैरहवा र फार वेस्टर्न छन् ।

महीनावारी तथा सरसफाइसम्बन्धी अभिमुखीकरण

तस्वीर: प्रतीक

प्रस, पोखरिया, १३ जेठ/

भिएओ नेपाल र आसमान नेपालको संयुक्त साझेदारीमा सञ्चालित बालिका तथा शिक्षा समावेशी सञ्जाल अन्तर्गत महीनावारी तथा सरसफाइ दिवसको अवसरमा अभिवृद्धि कार्यक्रम भएको छ ।

पर्सागढी नगरपालिका–३ स्थित जनता मावि पकडिया बडनिहार तथा वडा नं. ४ को नेरामावि बर्वाछटैलीमा आयोजित कार्यक्रममा दुवै विद्यालयका ४०/४० जना छात्रा सहभागी थिए । उनीहरूलाई प्रशिक्षक सरिता कार्कीले महीनावारी हुने वर्ष र महीनावारी भएपछि गरिने उपचार विधि र सो समय खानपिनको विषयमा जानकारी गराएकी थिइन् । बर्वाछटैलीमा प्रअ रामबहादुर चौधरी र बडनिहारमा प्रअ मोहन दास थारूको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा धर्मेन्द्र चौरसिया, पार्वती रेग्मी, रमिता पाण्डे, रुपा श्रेष्ठलगायतको सहभागिता थियो ।

महीनावारी तथा सरसफाइ दिवस जेठ १४ गते शनिवार परेको छ ।

स्थापना दिवसमा अनाथालयलाई खाद्यान्न

प्रस, वीरगंज, १३ जेठ/

प्रेस युनियनको स्थापना दिवसमा बारा शाखाले अनाथालयलाई खाद्यान्न सहयोग गरेको छ । नेपाल प्रेस युनियन, बाराले अमृता अनाथालयलाई १२५ किलो चामल, १५ किलो दाल, ५ लिटर तेल, फलफूल, फ्रूटी सहयोग गरेको हो ।

प्रेस युनियन बाराका अध्यक्ष श्यामबाबू यादवको अध्यक्षतामा सम्पन्न कार्यक्रममा युनियनका पूर्वअध्यक्ष सत्यप्रकाश श्रेष्ठ, उमेशलाल दास, शाखा उपाध्यक्ष वसन्त खतिवडा, नेपाल पत्रकार महासङ्घ, बाराका अध्यक्ष रमेश तिवारी र अमृता अनाथालयका सहायक फूलमती बस्नेतलगायतको सहभागिता थियो ।

घट्ला र.........

पदार्थको मूल्य आकाशिएको जानकारी दिए । सरकारको पछिल्लो निर्णयका आधारमा अर्थ मन्त्रालयले उपयुक्त निर्णय गर्ने जनाएको छ ।

निगमका अनुसार हाल पेट्रोलको खरीद मूल्य प्रतिलिटर रु १९४.६४ रहेको छ । निगमले हाल तय गरेको मूल्यका आधारमा पेट्रोलमा नै प्रतिलिटर १४ रुपियाँ ६४ पैसा घाटा छ । निगमलाई १५ दिनमा मात्रै पेट्रोल बिक्रीबाट रु ४९ करोड ९६ लाख बराबर घाटा हुने प्रक्षेपण गरेको छ ।

त्यस्तै डिजेलको खरीद मूल्य प्रतिलिटर रु १८९.८२ पैसा छ । निगमले प्रतिलिटर रु १६३ मा बिक्री गर्दै आएको छ । डिजलबाट मात्रै १५ दिनमा रु एक अर्ब ६९ करोड ४८ लाख बराबर घाटा हुने गरेको छ । मटीतेलको खरीद मूल्य प्रतिलिटर रु १४०.८९ छ तर, निगमले रु १६३ मा नै बिक्री गर्दै आएको छ । त्यसमा भने प्रतिलिटर रु २२.११ नाफा छ । निगमले १५ दिनमा रु एक करोड ३९ लाख बराबरको नाफा गर्ने गरेको छ । हवाई इन्धन आन्तरिकतर्फको खरीद मूल्य प्रतिलिटर रु १५२.२ छ । निगमले प्रतिलिटर रु १६६ मा बिक्री गर्दै आएको छ । यसबाट १५ दिनमा रु तीन करोड ६४ लाख बराबर नाफा हुने गरेको छ । हवाई इन्धन बाह्यको खरीद मूल्य प्रतिलिटर रु १३१.१९ छ । निगमले हवाई इन्धनबाट प्रतिलिटर रु ५९.८१ पैसा नाफा गरेको छ । खाना पकाउने एलपी ग्याँस प्रतिसिलिन्डर एक हजार ८०० मा बिक्री गर्दै आएको छ । प्रतिसिलिन्डर लागत रु २६७९ पैसा ७५ छ । निगमलाई ग्याँसबाट मात्रै रु ८७९.७५ घाटा छ ।

निगमलाई १५ दिनमा रु तीन अर्ब ३५ करोड ८३ लाख बराबर घाटा हुने गरेको छ । निगमलाई ग्याँसमा मात्रै एक महीनामा रु तीन अर्ब, डिजेलमा रु तीन अर्ब ४० करोड र पेट्रोलमा रु एक अर्ब घाटा हुने सहप्रवक्ता पुष्कर कार्कीले जानकारी दिए । निगमले यही जेठ ८ गते मात्रै मूल्य समायोजन गरेको थियो ।

निगमले इन्डियन आयल निगमलाई पेट्रोलियम पदार्थ खरीद गरेबापत मे महीनामा रु ४३ अर्ब भुक्तानी गर्नुपर्नेमा रु २० अर्ब ६० करोड मात्र पठाएको छ । बाँकी रु २२ अर्ब ४० करोड बक्यौता छ । निगमले सञ्चित मुनाफा, मूल्य स्थिरीकरण कोष तथा अन्य कोषमा रहेका सबै रकम सकिसकेको छ । निगमलाई यसबीच रु ४७ अर्ब बराबरको नोक्सान भइसकेको छ ।

यद्यपि सरकारको नीति तथा कार्यक्रममा वित्तीयरूपमा सङ्कटग्रस्त सार्वजनिक संस्थानलाई क्रमशः निजीकरण वा खारेज गर्ने उद्देश्य राखिएको भन्दै प्रमुख प्रतिपक्षी दल नेकपा (एमाले) का नेता केपीशर्मा ओलीले बिहीबार संसद्मा आपत्ति जनाएका थिए । प्रतिनिधिसभाको आजको बैठकमा उद्योगमन्त्री बडूले हचुवाको भरमा प्रमुख प्रतिपक्षी दलका नेताले गलत मनसायका साथ उक्त धारणा राखेको भन्दै आपत्ति मात्रै जनाएनन्, त्यस्तो आरोप पुष्टि गर्न चुनौतीसमेत दिए ।