सवारी दुर्घटनाबाट बचौं र बचाऔं ।
- मादक पदार्थ सेवन गरी सवारीसाधन नचलाऔं,
- आफूले यात्रा गरिरहेको सवारीसाधनको चालकले मादक पदार्थ सेवन गरेमा वा गरेको शङ्का लागेमा तत्काल प्रहरीलाई खबर गरौं,
- क्षमताभन्दा बढी यात्रु र सामान नराखौं ।
- अनियन्त्रित र तीव्र गतिमा सवारीसाधन नचलाऔं ।
- समय-समयमा सवारीसाधनको मर्मतसम्भार गर्ने गरौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

PRATEEK DAILY
# प्रतीक दैनिक
राष्ट्रिय 'क' वर्ग
eprateekdaily.com

kirloskar Oil Engines
डिजल पम्प
रोटाभेटर
अधिकृत बिक्रेता:
महाकाली इन्टरनेशनल प्रा.लि.
मुर्ली, वीरगंज-१३, पर्सा
मो: ९८५५०२२५८०

❖ वर्ष ३५ ❖ २०७९ असार ११ गते शनिवार // मृत भस्म नबन्दैमा झिल्को भैकन बल्नुछ // 2022 June 25 Saturday ❖ मूल्य ५/- ❖ पृष्ठ सङ्ख्या ६ ❖ अङ्क २९७

# वीरगंज महानगरको तीन अर्ब ३३ करोडको बजेट

राधेश्याम पटेल, वीरगंज, १० असार/

मधेस प्रदेशको एकमात्र महानगरपालिका वीरगंज महानगरको ११औं नगरसभा शुरू भएको छ। वीरगंज नगर सभागृहमा बिहान ११ बजेदेखि शुरू भएको नगरसभामा वीरगंज महानगरका उपप्रमुख इम्तियाज आलमले आगामी आर्थिक वर्ष २०७९/८० को बजेट प्रस्तुत गरेका थिए । उनले आगामी आवको लागि तीन अर्ब ३३ करोड ६३ लाख २५ हजार रुपियाँको बजेट प्रस्तुत गरेका थिए। बजेटमा चालूतर्फ दुई अर्ब छ करोड ९८ लाख ५० हजार अर्थात् ६२.०४ प्रतिशत र पूँजीगततर्फ एक अर्ब २६ करोड ६४ लाख ७५ हजार (३७.९६ प्रतिशत) गरी कुल तीन अर्ब ३३ करोड ६३ लाख २५ हजारको बजेट विनियोजन गरिएको छ।

'औद्योगिक तथा व्यापारिक शहर, सुसंस्कृत सभ्य हाम्रो वीरगंज महानगर' भन्ने नाराका साथ ल्याइएको बजेटमा महानगरले आन्तरिक आयबाट ९५ करोड रुपियाँ, सङ्घीय सरकारको (वित्तीय समानीकरण अनुदान, राजस्व बाँडफाँड, समपूरक, सशर्त र विशेष अनुदानसमेत) एक अर्ब ७० करोड ६२ लाख ५८ हजार, मधेस प्रदेश सरकारबाट (वित्तीय समानीकरण अनुदान, राजस्व बाँडफाँड, समपूरक, सशर्त र विशेष अनुदानसमेत) सात करोड ९८ लाख २४ हजार रुपियाँ पाउने उल्लेख छ ।

त्यसैगरी, क्षेत्रीय शहरी विकास आयोजनाका लागि दातृ संस्था एशियाली विकास बैंकबाट १२ करोड ६१ लाख ८५ हजार, सडक बोर्ड नेपालबाट दुई करोड, जिल्ला समन्वय समितिको कार्यालय पर्साबाट ९६ लाख, युनिसेफबाट २५ लाख आउने अनुमान गरिएको छ ।

अपुग हुने ४४ करोड १९ लाख ५९ हजार चालू आर्थिक वर्षको अन्त्यमा स्थानीय सञ्चिति कोषमा रहेको नगद मौज्दातबाट बेहोर्ने उपप्रमुख आलमले प्रस्तुत बजेटमा उल्लेख गरेका छन् ।

तस्वीर: प्रतीक

महानगरले शिक्षा, युवा तथा खेलकूदसम्बन्धी कार्यक्रम कार्यान्वयन गर्न ६६ करोड ३८ लाख ३५ हजार, स्वास्थ्यतर्फ एक करोड २० लाख ३० हजार, कृषितर्फ तीन करोड २६ लाख ९० हजार, पूर्वाधारतर्फ एक अर्ब १९ करोड ९३ लाख, सामाजिक विकासतर्फ ९९ करोड ३५ लाख ७९ हजार रुपियाँ विनियोजन गरिएको छ ।

सरसफाइ व्यवस्थापनमा आठ करोड ९१ लाख, वन तथा वातावरण र विपद् व्यवस्थापनका लागि पाँच करोड ९९ लाख, आर्थिक विकासका लागि १० करोड ४२ लाख ९० हजार, सूचना प्रविधि र सञ्चारतर्फ एक करोड पाँच लाख ९५ हजार, सेवा प्रवाह सङ्गठन सुदृढीकरणतर्फ ९३ करोड ५३ लाख २१ हजार, महिला, बालबालिका तथा ज्येष्ठ नागरिक र अपाङ्गता, संस्थागत विकास, राजस्व तथा अन्य आय सङ्कलन व्यवस्थापनका लागि पनि बजेट छुट्याइएको छ ।

**औद्योगिक क्षेत्रको लागि अध्ययन हुने**

महानगरले आगामी आर्थिक वर्षको बजेटमा वीरगंज औद्योगिक कोरिडोरको लागि अध्ययन गर्ने जनाएको छ। आगामी आर्थिक वर्षमा वीरगंज महानगरको वडा नं ३० लालपर्सा र वडा नं ३१ चोर्नीमा रहेको गुठी संस्थानको अतिक्रमणमा परेको साढे पाँच सय बिघा जग्गा निकाली औद्योगिक क्षेत्रको लागि अध्ययन गरिने जनाएको छ ।

**भारतीय निजी सवारी तथा खाली गाडीलाई शुल्क नलाग्ने**

वीरगंजबाट आउजाउ गर्ने भारतीय निजी सवारीसाधनलाई कुनै पनि शुल्क तिर्नुनपर्ने आगामी बजेटमा प्रस्ताव पेश गरिएको छ। बन्दसत्रमा हुने छलफलको लागि सवारी व्यवस्थापन कर अन्तर्गत पटके सवारी व्यवस्थापन सेवा शुल्क अन्तर्गत लोड भएको गाडीमा मात्र यो कर लिन पाइने तथा खाली सवारीसाधन एवं विदेशी नम्बर प्लेटका निजी सवारीमा सेवा शुल्क लिन नपाइने भनिएको छ ।

**वडा नं १७ देखि ३२ सम्मका जनतालाई नक्शापासमा छुट**

वीरगंज महानगरको आगामी बजेटमा नक्शापासमा ५० प्रतिशत छुट दिन भनिएको छ । महानगरको ११औं नगरसभामा उपप्रमुख इम्तियाज आलमले प्रस्तुत गरेको बजेटमा ३२ वडा रहेको वीरगंज महानगरमा पछि थपिएका वीरगंजका वडा नं १७ देखि ३२ सम्मका १६ वटा वडाका वडावासीले आगामी आर्थिक वर्षको पहिलो छ महीनाभित्र नक्शापास गराए नक्शापासको कुल दस्तुरमा ५० प्रतिशत छुट दिइने व्यवस्था गरिएको छ ।

**ट्रान्सपोर्ट नगर स्थापना गरिने**

वीरगंज औद्योगिक नगरी तथा व्यावसायिक हब भएको कारण वीरगंजमा ट्रान्सपोर्ट नगर स्थापना गर्ने लक्ष्य लिइएको छ । ट्रान्सपोर्ट नगर स्थापना भएपछि वीरगंजबाट नेपालका लागि ढुवानी गरिने मालवस्तु सोही ट्रान्सपोर्टबाट आउजाउ गर्ने बजेटमा उल्लेख छ ।

**स्थानीय उत्पादनलाई मेड इन वीरगंजको रूपमा प्रवर्द्धन गरिने**

वीरगंजमा स्थानीय उत्पादनलाई संरक्षण तथा प्रवर्द्धन गर्न 'मेड इन वीरगंज' योजना अनुसार काम गर्ने महानगरले जनाएको छ। स्थानीयस्तरमा घरेलु तथा साना उद्योग एवं सीप सिकेकाहरूबाट उत्पादन हुने सामग्रीलाई संरक्षण तथा प्रवर्द्धन गर्ने नीति बजेटले लिएको छ ।

# पोखरियाको बजेट ५१ करोड ९० लाख

प्रस, पोखरिया, २० असार/

पोखरिया नगरपालिकाले आर्थिक वर्ष २०७९/८० को नीति तथा कार्यक्रम सार्वजनिक गरेको छ ।

तस्वीर: प्रतीक

नगरप्रमुख प्रद्युम्न चौहान तथा प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत अशोक रौनियारले नीति तथा कार्यक्रम प्रस्तुत गर्दै नगरपालिकाले रु ५१ करोड ९० लाख बराबरको बजेट ल्याउने तयारी गरिरहेको बताए ।

नगरप्रमुख चौहानले शिक्षा, स्वास्थ्य र कृषि नै नगरपालिकाको विकास र समृद्धिको प्रमुख आधार भएको बताए ।

कार्यक्रममा प्रमुख अतिथि प्रह्लाद गिरीले गत वर्षका तुलनामा यसपटक छोटो समयमा नीति तथा कार्यक्रमले सबै क्षेत्रलाई समेटेको बताए। उनले शिक्षा, स्वास्थ्य, कृषि, भौतिक पूर्वाधार विकास, सडक, नाला, रोजगार जस्ता सम्पूर्ण महत्त्वपूर्ण विषयलाई नीति तथा कार्यक्रममा प्राथमिकता दिइएको बताए।

कार्यक्रममा संविधानसभा सदस्य रामेश्वर रौनियार, वडाध्यक्षहरू प्रमोद गिरी, केदार महतो, रामप्रवेश चौहान, लछुमन साह, महिन्दर महतो, सियानन्द चौहान, परमानन्द कुर्मी, किशोरी साह, नौशाद आलम, सोनालाल साह, नेकपा माओवादीका पन्नालाल पटेल, एमालेका विन्ध्याचल ठाकुर, नेजामुद्दीन समानी, नेपाली काङ्ग्रेसका श्रीकिसुन चौहान जसपाका राजु साह, सलमा खातुन, खलिल मियाँलगायतको सहभागिता थियो।

कार्यक्रममा स्वागत उपप्रमुख रूबी ठाकुर र सहजीकरण लेखा शाखा प्रमुख मनोज तिवारीले गरेका थिए ।

# एमालेको अवरोधले जीतपुरसिमराको नगरसभा स्थगित

प्रस, जीतपुर, १० असार/

नेकपा एमालेले अवरोध गरेपछि जीतपुरसिमरा उपमहानगरपालिकाको छैटौं नगरसभा शुक्रवार स्थगित भएको छ । बकुलिया माविको सभाकक्षमा शुक्रवार आयोजित नगरसभामा एमालेबाट निर्वाचित कार्यपालिका सदस्यहरूको अवरोधका कारण नगरसभा स्थगित भएको थियो। बिहान ११ बजेदेखि शुरू हुने भनिएको नगरसभामा एमालेका कार्यपालिका सदस्यहरू नआएपछि अपराह्न ४ बजेसम्म पनि शुरू भएको थिएन ।

नगरप्रमुख राजन शर्मा पौडेलको निर्देशनमा नगरसभा शुरू गर्न लागदा अचानक कार्यक्रममा एमालेका कार्यपालिका सदस्यहरूले होहल्ला गर्दै कुर्सी फालाफाल गरेपछि नगरसभा स्थगित भएको थियो । आगामी आवको नीति तथा कार्यक्रम र बजेटमा नगरप्रमुखले मनपरी ढङ्गले बजेट विनियोजन गरेको भन्दै एमालेका कार्यपालिका सदस्यहरूले असन्तुष्टि जनाएका थिए ।

नगरप्रमुख राजन पौडेल । तस्वीर: प्रतीक

यता नगरप्रमुख पौडेलले केही कार्यपालिका सदस्यले नगरसभामा उद्दण्डता प्रदर्शन गरेका कारण नगरसभा स्थगित गर्नुपरेको बताए। उनले मतभेद र असन्तुष्टिलाई नगरसभाको छलफलमा राख्न सकिने बताए। उनले नगरसभाको मिति छिट्टै सार्वजनिक गर्ने र नगरसभाको प्रत्यक्ष प्रसारण गरिने बताएका छन् ।

# परवानीपुर गापाको बजेट ४३ करोड ५४ लाख

प्रस, परवानीपुर, १० असार/

बाराको परवानीपुर गाउँपालिकाको १०औं गाउँसभा शुक्रवार सम्पन्न भएको छ । कृषि अनुसन्धान निर्देशनालयको सभाकक्षमा भएको गाउँसभाले आव २०७९/८० का लागि रु ४३ करोड ५४ लाख २१ हजारको आय-व्यय विवरण प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत मुन्ना साह रौनियारले प्रस्तुत गरेका थिए ।

तस्वीर: प्रतीक

उनले सङ्घीय वित्तीय समानीकरण रु १० करोड ९१ लाख, सङ्घीय सशर्त अनुदान चालूतर्फ रु नौ करोड २७ लाख, सङ्घीय सशर्त अनुदान पूँजीगततर्फ रु एक करोड २५ लाख, सङ्घीय सरकार समपूरक अनुदानतर्फ रु ४० लाख, सङ्घीय सरकार विशेष अनुदानतर्फ रु नौ करोड ८० लाखको आय प्रस्तुत गरेका थिए ।

त्यसैगरी, प्रदेश वित्तीय समानीकरणतर्फ रु ७६ लाख २७ हजार, प्रदेश समपूरक अनुदानतर्फ रु २० लाख, प्रदेश विशेष अनुदान रु ३० लाख, सङ्घीय राजस्व बाँडफाँडतर्फ रु छ करोड ४४ लाख ४२ हजार, प्रदेश राजस्व बाँडफाँडतर्फ रु २० लाख, आन्तरिक स्रोत अनुमानिततर्फ रु दुई करोड, आव २०७८/०७९ को नगद मौज्दाततर्फ रु दुई करोड, प्राकृतिक स्रोतको रोयाल्टीतर्फ रु ५२ हजारको आर्थिक आय प्रतिवेदन प्रस्तुत गरिएको थियो ।

कार्यक्रममा प्रमुख अतिथि पूर्वमन्त्री ज्वाला साहले बजेट, नीति तथा कार्यक्रम सफल पार्न जोड दिइन्। उनले अहिलेदेखि नै सबैले आआफ्नो ठाउँबाट काम गर्नुपर्ने बताइन् ।

कार्यक्रमको अध्यक्षता गर्दै गापा अध्यक्ष रामक्षत्रीप्रसाद कुर्मीले कृषिप्रधान देश भएर पनि कृषकहरूले बढी समस्या

(बाँकी दोस्रो पातामा)

## छोटकरी

### गाँजासहित एकजना पक्राउ

प्रस, वीरगंज, १० असार/

बारा, निजगढ नगरपालिकाबाट प्रहरीले १३ किलो गाँजासहित एकजनालाई पक्राउ गरेको छ ।

मकवानपुर, बकैया गाउँपालिका-३ का ३३ वर्षीय लाल काजीलाई १३ किलो गाँजासहित पक्राउ गरिएको बारा प्रहरीले जनाएको छ ।

प्र३-०२-०१०प३४९३ नम्बरको मोटरसाइकलमा काजीले गाँजा ओसार्दै गरेको अवस्थामा जिल्ला ट्राफिक कार्यालय, बाराका प्रहरी सहायक निरीक्षक पुष्कर घिमिरेले उनलाई पक्राउ गरेको इलाका प्रहरी कार्यालय, निजगढका प्रमुख एवं प्रहरी निरीक्षक सञ्जीव ओलीले जानकारी दिएका छन्।

# पटेर्वासुगौली गाउँपालिकाको बजेट ४१ करोड

प्रस, पंचगावाँ, १० असार/

पटेर्वासुगौली गाउँपालिकाले आव २०७९/८० को लागि ४१ करोड १० हजारको बजेट प्रस्तुत गरेको छ ।

प्रमुख अतिथि पूर्वमन्त्री सुरेन्द्रप्रसाद चौधरीले नीति तथा कार्यक्रमको उद्घाटन गरेका थिए भने गापा उपाध्यक्ष ममता महतोले बजेट प्रस्तुत गरेकी थिइन् ।

उनले कार्यक्रममा गत वर्षको अनुमानित मौज्दात रु २५ करोड गरी आगामी आवको लागि कुल रु ४१ करोड १० हजारको बजेट प्रस्तुत गरेकी थिइन्। गापा उपाध्यक्ष चौधरीले गापाले शिक्षा, स्वास्थ्य, कृषि, पर्यटन, भौतिक पूर्वाधारलगायतलाई जोड दिएको बताइन्। उनले दुधेश्वरनाथ महादेव

तस्वीर: प्रतीक

(भाथाबाबा) मन्दिर, गादिमाई मन्दिर, भौरीमाई मन्दिर, वनस्पतिमाई मन्दिरलाई पर्यटकीय क्षेत्र बनाउने बताइन्। घरघरमा स्वास्थ्य सेवा प्रदान गरिने, गर्भवती महिलालाई निश्शुल्क एम्बुलेन्स सेवा र पोषण भत्ता, गापालाई पूर्ण खोपयुक्त घोषणा गरिने, युवाहरूलाई

(बाँकी अन्तिम पातामा)

### विचारसार र सूक्तिहरू

**क्रोधी मनुष्य मुखबाट अपशब्द र नराम्रो कर्म गर्न सक्छ ।**


| | | |
|---|---|---|
| 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


## बजेट, नीति तथा कार्यक्रम

**नीति तथा कार्यक्रम पालिकाको सभाबाट पारित भएपछि सोही आधारमा बजेट निर्माण गर्नुपर्ने हो । स्थानीय तहको नीति तथा कार्यक्रम र बजेट घोषणा समयावधि विधि अनुसार असार १० गतेसम्म हो । स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन, २०७४ को दफा ७१ (१) र अन्तरसरकारी वित्त व्यवस्थापन ऐन, २०७४ को दफा २१ (३) ले राजस्व र व्यय (बजेट) अनुमान प्रत्येक वर्ष असार १० गतेभित्र स्थानीय सभामा पेश गरिसक्नुपर्ने भन्ने व्यवस्था छ । बजेट, नीति तथा कार्यक्रम पालिकाको सभामा पेश हुनुअघि वडा तथा टोल बस्तीमा जनतासँग छलफल र परामर्श गरी विभिन्न सातवटा चरण पार गरेर पालिकाको विषयगत समिति हुँदै कार्यपालिकामा आउनुपर्ने हो । यसलाई कार्यपालिकाको बैठकले पारित गरेपछि बल्ल गाउँ तथा नगर सभामा पेश हुने व्यवस्था छ । यस वर्ष कतिपय पालिकाले केही दिन पहिले नै नीति तथा कार्यक्रम सभाबाट पारित गरिसकेका छन् । केहीले बजेटसमेत सभामा पेश गरिसके । अधिकांश पालिकाले भने यो क्रम असार १० बाट बल्ल शुरू गरेका छन् ।**

**पालिकाको बजेट, नीति तथा कार्यक्रम भनेको स्थानीयस्तरको समस्या, चुनौती एवं सम्भावनाको पहिचान गर्दै पालिकाको भविष्य तथा अवसरहरूको ढोका खोलेर अगाडि बढ्न सक्ने हुनुपर्छ । यो स्थानीय श्रम, साधनमा आधारित उत्पादनमुखी हुनुपर्छ । मुलुकका सबै पालिकाको विशेषता एकै प्रकारका छैनन् । पृथक समस्या, चुनौती एवं सम्भावनाहरू भएका पालिकामा एकै किसिमको केन्द्रिकृत बजेट, नीति तथा कार्यक्रमले मात्रै सम्बोधन गर्न नसकिने भएकाले स्थानीय सरकारलाई छुट्टै बजेट, नीति तथा कार्यक्रम ल्याउने अधिकार दिइएको हो । जसमा स्थानीय नागरिकको प्रत्यक्ष संलग्नता हुनुपर्छ । त्यसैले बजेट, नीति तथा कार्यक्रम तयारीको क्रममा टोलदेखि पालिकास्तरसम्म जनसहभागिता र छलफल हुनेगरी विभिन्न चरण तोकिएका छन् ।**

**ऐन, कानून, विधिविधान र निर्देशिकाहरू केवल कागजमा सीमित भए । यसपटक अधिकांश पालिकाले नीति तथा कार्यक्रम र बजेट तर्जुमाका चरणहरू पूरा गरेनन् । चुनाव जितेर पदभार सम्हालेको महीना दिन पुग्दा नपुग्दै असार १० आइसक्यो । पालिका पदाधिकारीहरूलाई सम्मान र बधाई खाँदै भ्याइनभ्याइ छ । बालेन्द्र शाह, हर्क साम्पाङहरूले बधाई, सम्मान कार्यक्रम, विजयी जुलूस नहुने भनेर शुरूमा नै अपील गरे । किनभने उनीहरू स्वतन्त्र थिए । दलगत टिकटबाट चुनाव जितेकाहरूलाई त्यो घोषणा गर्ने स्वतन्त्रता शायद छैन । त्यति मात्रै होइन, चुनाव जितेपछि दलगत समीक्षा, घात–अन्तर्घातको प्रतिशोधपूर्ण छलफल र दलभित्रकै विपरीत समूहकालाई आरोपको भारी बोकाउने, उपल्लो नेताहरूको आशीर्वाद लिन जाने गर्दैमा दलगत पालिका पदाधिकारीहरूलाई समय अपुग छ । उनीहरूलाई चुनावी घोषणापत्र पल्टाउने फुर्सद छैन । घोषणापत्रभन्दा फरक किसिमको नीति तथा कार्यक्रम प्रस्तुत भइरहेका छन् । एउटा फर्मेटको आधारमा केवल औपचारिकता पूरा गर्न नीति तथा कार्यक्रम बनाउने जिम्मा कर्मचारीलाई दिइएको छ । कतिपय पालिका प्रमुख, उपप्रमुखलाई आफ्नै नीति तथा कार्यक्रमले भन्न खोजेको कुरा थाहा छैन । उता बजेट भने पालिका पदाधिकारीको फाइदा अनुसार ल्याइन्छ । यसैले नीति तथा कार्यक्रम र बजेटबीचको तादम्य मिल्दैन ।**

# सजिलो छ नेपालमा कम्युनिस्ट बन्न

स्वतन्त्र विचार

बैधनाथ श्रमजीवी

baidhnath2071@gmail.com

> **नेपालमा यतिबेला महँगी निकै बढे तापनि संसारकै सबैभन्दा सस्तो र सजिलो छ कुनै पनि कम्युनिस्ट पार्टीको सदस्यता प्राप्त गर्न, किनभने यहाँका कम्युनिस्टहरू वामपन्थी कम र दामपन्थी बढी रहेका छन् ।**

कुनै बेला पश्चिमा देशहरूको छापाहरूले लेख्ने गर्थे– नेपालमा कार्लमार्क्स जन्मेको छ। त्यतिबेला नेकपा मालेका महासचिव मदन भण्डारी निकै चर्चित नेताको रूपमा स्थापित भइसकेका थिए। जनताको बहुदलीय जनवाद नामक शतप्रतिशत दक्षिणपन्थी नीति तयार गर्ने भण्डारीको प्रशंसा अमेरिकालगायत युरोपेली देशले नगर्ने कुरै भएन। नेकपा माले निर्माण गर्न कमरेड मोहनचन्द्र अधिकारी, चन्द्रप्रकाश मैनाली, राधाकृष्ण मैनाली, खड्गप्रसाद ओली, माधवकुमार नेपाल, झलनाथ खनाल, वामदेव गौतम, जीवराज आश्रित, मोदनाथ प्रश्रितलगायत अगुवा नेताहरूको निकै ठूलो त्याग, बलिदानले बलियो जगको काम गरेको थियो । जहाँसम्म बलिदानको कुरा हो झापा विद्रोहले नेपाली राजनीतिमा ठूलै भूइँचालो ल्याइदिएको थियो। त्यति बेला जनताको बहुदलीय जनवादको नाममा नेकपा माले मार्क्सवादी सिद्धान्त त्यागेर पूर्णरूपेण दक्षिणपन्थी पार्टीमा रूपान्तरण भइसकेको कुरा धेरै कमलाई थाहा थियो। पार्टीभित्र पार्टी दक्षिणपन्थी धारमा गइसकेको बहस यदाकदा कार्यकर्ताबीच हुने गर्थ्यो । त्यति बेला पार्टीको एकता नेकपा मार्क्सवादीसँग हुने भएपछि नेकपा माले पूर्णतः संसद्वादी पूँजीवादको दलाल पार्टीको रूपमा विकसित भइसकेको कुरामा कुनै शङ्का थिएन ।

नेकपा मालेबाट एमाले भएपछि पार्टीको जीवनमा कम्युनिस्ट आचरण र व्यवहार सम्पूर्णरूपमा समाप्त भइसकेको थियो । जिल्लातिर नेताहरू आउँदा अब किसान मजदूरको घरमा बस्न उनीहरूलाई मन पर्न छाडेको थियो। त्यति बेलाका मध्यम तथा निम्न पूँजीपति वर्गका दक्षिणपन्थी विचार र व्यवहारले ओतप्रोत व्यक्तिहरूकहाँ बस्ने, मीठो–मसिनो खान मन पराउने सुविधाभोगी शैली बढ्दै गएको, पार्टीभित्र वर्गीय धार कमजोर हुँदै गएको कुरा सामान्य हुन थालेको थियो । ठूल्ठूलो आकारको सङ्ख्यात्मक, मूलतः प्राथमिकतामा राखेर पार्टी कमिटीहरू निर्माण गर्ने तथा पार्टी नेतृत्वमा आर्थिकरूपमा भ्रष्ट, वर्ग विरोधी व्यक्तिहरू, चुनाव जित्न सक्ने आकलन भएकालाई ल्याउन थालियो । अब कम्युनिस्ट बन्नको लागि मार्क्सवादी दर्शन अनुसारको जीवन व्यवहार भएको व्यक्तिको आवश्यकता परेन। कम्युनिस्ट पार्टीको सदस्यताको मुख्य मापदण्ड नै नेताहरूलाई धन–सम्पत्तिबाट आकर्षित गर्न सक्ने व्यक्तिहरू हुन थाले। फलस्वरूप जो कोही कम्युनिस्ट पार्टीको सदस्यता पाउने सक्ने भयो । हुँदाहुँदा सङ्घीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्रसम्म आइपुग्दा सबै कम्युनिस्ट पार्टी चाहे असली होस् वा नक्कली उनीहरूको अस्तित्वकै सवाल प्रमुख मुद्दा बन्न पुगेको छ ।

जस्तो कि सबैलाई थाहा भएकै विषय हो वर्तमान व्यवस्थामा जसले बढी मत पाउँछ, उसैले सरकार बनाउँछ र जसले सरकार बनाउँछ, राष्ट्रको ढुकुटीमाथि उसैले विनारोकटोक ब्रह्मलुट मचाउँछ। यतिबेला स्थानीय निर्वाचन सकिसकेको छ र आगामी मङ्सिरसम्म प्रादेशिक तथा सङ्घीय निर्वाचन हुने हल्ला बजारभरि छताछुल्ल रहेको छ। स्थानीय निर्वाचनपूर्व नक्कली कम्युनिस्टहरूको झन्डै दुईतिहाई बहुमतकै केन्द्रीय सरकार रहेको थियो तर नेकपा माओवादी केन्द्र र नेकपा एमाले मिलेर बनेको नेकपाभित्र नेताहरू प्रशस्तै भएर झन्डै आधा दर्जन नेता पूर्व प्रधानमन्त्री नै रहेको अवस्था भए पनि राष्ट्रिय ढुकुटीमाथिको लुटमा आफ्नो पकड नहुँदा अँध्यारो भविष्यलाई उज्यालो बनाउन आफ्नै सरकार ढालेर देशबाट बढारिएर किनारामा जनताद्वारा पुऱ्याइएको काङ्ग्रेसलाई फेरि प्रधानमन्त्री बनाएर तिनै नक्कली कम्युनिस्टमध्येको एक हिस्सा फुटेर कहाँसम्म खस्न सक्दो रहेछ त्यो दुनियाँले हेरेकै हो । जेहोस् हिजोसम्म जुन दलाल पूँजीपतिको विरोधमा नेकपा मालेले राजनीतिक विद्रोह गरेको थियो, आज त्यो पार्टी त्यही दलाल पूँजीपतिको दलालको रूपमा आफूलाई स्थापित गर्न पाउँदा गौरवान्वित भएको महसूस गर्दैछ। संसद्भित्रका सबै पार्टी– काङ्ग्रेस होस् वा कम्युनिस्ट वा राप्रपा वा स्वतन्त्र; वास्तवमा दलाल पूँजीवादको दलालको रूपमा आफूलाई रूपान्तरण गरिसकेका छन् । हो यही एक कारण हो जसले गर्दा नेपालको सार्वभौमसत्ताविरुद्ध सम्झौता, एमसिसीजस्ता राष्ट्रघाती सम्झौता संसद्बाट पास हुन्छ । आज बाहिरबाट एसपिपी सम्झौताको सर्वत्र जति चर्को विरोध देखिए पनि भोलि यो सम्झौता पनि एमसिसीकै पारामा पास नहोला भन्न सकिन्न । किनभने मालिकको इशारामा हिंड्नु नोकरहरूको बाध्यता हुन्छ। हाम्रा शासकको रूपमा देखिएको व्यक्तिहरू जसलाई हामी भ्रमवश वा भूलवश नेता पनि भन्ने गरेका छौं, ती वास्तवमा जनताको नेता नै होइनन्। यी दलाल पूँजीपतिका पनि दलाल मात्रै हुन्।

हिजोसम्म वर्ग सङ्घर्षको नाममा नेपाली जनतालाई जसको परिचय वर्ग दुश्मनको रूपमा गराइयो आज तिनै व्यक्ति रातारात कसरी वर्गीय मित्र हुन पुगे ? के कति कारणले हिजो समाजवाद र साम्यवादको सपना साकार पार्न हिंडेका गरीब, दुःखी, शोषित, उत्पीडितका छोराछोरीहरू आज त्यही वर्ग दुश्मन दलाल पूँजीपतिहरूलाई आफ्नो उम्मेदवारको रूपमा तिनको लागि जनताको घरघरमा गएर हात जोडेर मत माग्ने र तिनलाई निर्वाचन जिताउने तथा फेरि पाँच वर्षसम्म तिनको शोषण, दमन खेपेर बस्ने परिपाटीको संसदीय गोलचक्करबाट कहिले निस्कन नपाउने भएका छन् । हुँदाहुँदा अब त संसदीय चुनावबाट जितेर समाजवादमा पुग्ने सिद्धान्तको अविष्कारसमेत यी नक्कली कम्युनिस्ट पार्टीहरूले गरिसकेका छन् । अब नेपालमा कुनै पनि कम्युनिस्ट पार्टीको विधानमा सदस्यताको मापदण्ड जेजस्तो लेखिएको भए पनि व्यवहारमा उक्त व्यक्तिले मार्क्सवादी दर्शन मान्नु, स्विकार्नु तथा आत्मसात् गरिरहनुपर्दैन । अध्यात्मवाद वा आदर्शवादी दर्शन जीवन व्यवहारमा अँगाल्नेहरू सजिलै जुनसुकै कम्युनिस्ट पार्टीको साधारण सदस्य बन्न सक्ने मात्रै होइन, पार्टीको केन्द्रीय सदस्य, सचिवालय सदस्य तथा त्यसको जल्दोबल्दो नेतासमेत बन्न सक्छन् वा बनिसकेका सबैले देखिरहेकै छन् । त्यसैले नेपालमा यतिबेला महँगी निकै बढे तापनि संसारकै सबैभन्दा सस्तो र सजिलो छ कुनै पनि कम्युनिस्ट पार्टीको सदस्यता प्राप्त गर्न, किनभने यहाँका कम्युनिस्टहरू वामपन्थी कम र दामपन्थी बढी रहेका छन् ।

## पौडेलको हत्याको आरोपमा १२ जना जेल चलान

प्रस, वीरगंज, १० असार/

जिल्ला प्रहरी कार्यालय, बाराले कर्तव्य ज्यान मुद्दाका अभियुक्तहरूलाई कारागार चलान गरेको जनाएको छ । हत्याको आरोपमा एकजना नाबालकसहित १२ जनालाई पक्राउ गरी वीरगंज कारागार चलान गरिएको जिप्रका, बाराले जनाएको छ ।

गत वैशाख ३० गते बिहान ३:३० बजे जीतपुरसिमरा उमनपा वडा नं ६ नगौलस्थित चित्रबहादुर क्षेत्रीको घरमा राकेशभक्त पौडेललाई कुटपिट गरी गम्भीर घाइते बनाइएको थियो। घटनामा गम्भीर घाइते भएका पौडेलको उपचारको क्रममा अस्पतालमा मृत्यु भएको थियो । पौडेलका पिता चिरञ्जीवीभक्त पौडेलको जाहेरीमा बारा प्रहरीले अनुसन्धान गर्दा नाबालिकासहित १२ जनालाई पक्राउ गरेको जिप्रका, बाराले जनाएको छ ।

नगौलटोल बस्ने ५० वर्षीय चित्रबहादुर क्षेत्री, ५० वर्षीया दुर्गा खत्री, ५० वर्षीय सन्ते बछार, २६ वर्षीय सन्दीप थापा, २४ वर्षीय सुमन लामा, २६ वर्षीय सुदीप घिमिरे, वडा नं २ फूलबारी टोलमा बस्ने ४२ वर्षीय खगेन्द्र रिजाल, सम्झौता टोलमा बस्ने ३५ वर्षीय उद्धव अधिकारी, वडा नं ३ बजनी बलुवा टोलमा बस्ने ४८ वर्षीय अर्जुन चिमरिया भन्ने बलरामप्रसाद चिमरिया, वडा नं ६ रामवन टाँडी टोल बस्ने २६ वर्षीय राजु अधिकारी, २६ वर्षीय सन्तोष खत्री, वडा नं ३ शिव मन्दिर टोलका ३४ वर्षीय कुमार मगर र एकजना नाबालक घटनामा संलग्न रहेको भन्दै बारा प्रहरीले पक्राउ गरेको थियो ।

जिल्ला अदालत बाराको आदेशमा पक्राउ परेका ११ जनालाई कैद भुक्तानको लागि वीरगंज कारागार पठाइएको छ भने नाबालकलाई बाल सुधारगृह, भक्तपुर पठाइएको जिप्रका, बाराले जनाएको छ।

पक्राउ परेका १२ जना। तस्वीर सौजन्यः जिप्रका, बारा

### परवानीपुर......

भोग्नुपरेको बताए। उनले अब कृषकको समस्या समाधान गर्ने दाबी गर्दै नीति तथा कार्यक्रम सफल पार्न सबैको सहयोग हुनुपर्ने बताए । उनले महत्त्वपूर्ण राय सुझावहरूलाई आत्मसात् गर्ने बताए।

कार्यक्रममा संविधानसभा सदस्य नेजमा खातुन, उपाध्यक्ष सुगान्धीदेवी कानू, एमालेका नेताहरू सोचनप्रसाद यादव, मोबिन आलमलगायतले मन्तव्य राखेका थिए ।

पालिकाको स्वास्थ्य शाखा प्रमुख प्रदीपकुमार राउतले कार्यक्रम सञ्चालन र शिक्षा अधिकृत विध्यानन्दप्रसाद यादवले स्वागत गरेका थिए। कार्यक्रममा विभिन्न व्यक्तिहरूलाई सम्मान पनि गरिएको थियो।

## कारागारमा कैदीको मृत्यु

जलेश्वर, १० असार/रासस

महोत्तरी सदरमुकाम जलेश्वरस्थित कारागारमा शुक्रवार बिहान एकजना कैदीको मृत्यु भएको छ ।

मृत्यु हुनेमा महोत्तरीकै लोहारपट्टि नगरपालिका–१ का ८० वर्षीय राजकरण यादव रहेको जिल्ला प्रहरी कार्यालयका प्रहरी नायब उपरीक्षक प्रकाश विष्टले जानकारी दिए । कर्तव्य ज्यान मुद्दामा २० वर्ष कैद सजाय भोग्दै गरेका यादव बिहान २ बजे एक्कासि बेहोश भएका थिए ।

उपचारका लागि तत्काल प्रादेशिक अस्पताल जलेश्वर लगिएकोमा चिकित्सकले उनलाई मृत घोषणा गरेको प्रहरीले जनाएको छ । यादवको शव परीक्षणका लागि सोही अस्पतालमा राखिएको प्रहरीले बताएको छ ।

## विद्यालयलाई पङ्खा सहयोग

प्रस, वीरगंज, १० असार/

वीरगंज महानगरपालिकाका निवर्तमान नगरप्रमुख विजयकुमार सरावगीले इन्दु लाखे आधारभूत माविलाई १० थान पङ्खा हस्तान्तरण गरेका छन् ।

सरावगीको पहलमा समाजसेवी एवं उद्योगी राम सर्राफले विद्यालयलाई १० थान पङ्खा सहयोग गरेका थिए । शुक्रवार सरावगी वीरगंज–७ स्थित विद्यालयमा पुगेर प्रधानाध्यापक लालबाबू चौरसियालाई पङ्खा हस्तान्तरण गरेका थिए ।

२२५ जना विद्यार्थी अध्ययनरत सो विद्यालयमा पङ्खा नहुँदा विद्यार्थीहरूको पठनपाठन प्रभावित भएको गुनासो आएपछि पङ्खा वितरण गरिएको निवर्तमान नगरप्रमुख सरावगीले जानकारी गराए ।

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

वाटिका



# कहाँ हरायो सूर्योदय साहित्य

स्वान्त सुखाय:

सञ्जय मित्र

mitrasanjay41@gmail.com

इतिहासको सम्मान गर्ने र इतिहासलाई गर्वको रूपमा लिने मात्र हो भने वर्तमानको औचित्य साबित गर्न मुश्किल हुन्छ। अझ साहित्यको क्षेत्रमा नवीनताको जति मूल्य हुन्छ, इतिहासको पनि उत्तिकै मूल्य हुन्छ। सम्भवतः साहित्य नै यस्तो विषय हो, जहाँ इतिहास र वर्तमान दुवै मूल्यवान् हुन्छन्।

इतिहासप्रति मोह हुनेहरूले जहिले पनि इतिहासलाई बढी महत्त्व दिन्छन्। इतिहासको बढी सम्मान गर्दछन्। इतिहासबाट धेरै कुरा सिक्न सकिने बताउँछन्। वर्तमानलाई धरातल दिन्छ इतिहासले, वर्तमानलाई बाटो दिन्छ इतिहासले र इतिहासले नै वर्तमानको महल पनि बनाइदिन्छ। यसै कारण इतिहासवादीहरू वर्तमानलाई त्यति महत्त्व दिँदैनन् र इतिहासप्रति बढी सचेत बनाउन चाहन्छन्।

वर्तमानमा रमाउनेहरूले भविष्यलाई पनि उत्ति धेरै महत्त्व दिंदैनन्। वर्तमानलाई नै सर्वस्व ठान्दछन्। वर्तमानमैं रमाउँछन् र वर्तमानमैं सुख प्राप्त गर्दछन्। वर्तमानको दुःख र सुखलाई नै यथार्थ मान्दछन्। इतिहास बितिसक्यो र भविष्य कसैले देखेको छैन भन्दछन्। वर्तमानको रमझम नै साहित्यको असलियत हो भन्ने भावनाको प्रस्तुतिले इतिहासलाई बिर्सने विषय बनाउँछ। इतिहासलाई सम्झने र इतिहासलाई बिर्सनेगरी अहिलेको इतिहास यही दुईथरीबीच रुमलिइरहेको छ।

**अहिले सूर्योदय साहित्य कहाँ छ ?**

सूर्योदय हिजो पनि हुन्थ्यो, आज पनि हुन्छ र भोलि पनि हुनेछ तर रौतहटको साहित्यिकजगत्मा देखिएको सूर्योदय कहाँ हरायो ? सूर्योदय भएको हो। साहित्यको सूर्योदय भएपछि हराउने कुरो त हुँदैन। सूर्योदय हराएको छ तर वर्तमान छ। अर्थात् इतिहास छ, वर्तमान छ। हराएको इतिहास छ र अलमलिएको वर्तमान छ। इतिहास र वर्तमानको बेमेल छ। कुनै झेल छ वा कुनै धमिलो खेल छ तर इतिहासले वर्तमानलाई पछ्याइरहेको छ। वर्तमान भागिरहेको छ कि निर्धक्क छ ? निर्धक्क यस कारण कि इतिहासले खोज्ला भनेर सचेत छ र खोजे पनि नचिन्ला भन्नेमा ढुक्क छ।

**यस्तो अवस्था कसरी आयो ?**

सूर्योदय पुस्तकालय स्थापना हुँदादेखि भाषा र साहित्यको क्षेत्रमा हरेक वर्ष सकारात्मक कार्य हुँदै आएको थियो। हरेक वर्ष महाकवि देवकोटा जयन्तीको अवसरमा साहित्य गोष्ठीको जुन परम्परा बसालेको थियो, त्यो अहिले हराएको छ। त्यस परम्पराले उत्पादन गरेका दर्जनौं सर्जकहरू अहिले पनि साहित्यको क्षेत्रमा क्रियाशील छन् र देशमा आफूलाई साहित्यकारका रूपमा स्थापित गराउन सफल छन् तर त्यही स्थापनाको धरातल नै अहिले गायब छ। खोजी भइरहेको पनि छैन। बेपत्ताको खोजी नगर्ने हामी नै हौं।

साहित्यिक गोष्ठीको परम्परा हराएको सत्य हो। यस परम्पराले नवप्रतिभा जन्माउँदै आएको थियो। यो पनि हराएको छ वा कमजोर भएको छ। सूर्योदयले सम्झेको हुनुपर्छ, जबसम्म सूर्योदय पुस्तकालय सक्रिय थियो, साहित्यको क्षेत्रमा तबसम्म साहित्यका अन्य कार्यक्रमहरू हरेक वर्ष विभिन्न विद्यालयहरूले पनि गर्दै आएका थिए तर अहिले त्यहाँ पनि हुन छाडेको छ।

सूर्योदयले जसोतसो सूर्योदय सामयिक सङ्कलन प्रकाशन गर्दै आएको थियो। सूर्योदयको प्रकाशन आफैंमा एउटा गौरव थियो रौतहटको। रौतहटको गौरवको रूपमा थियो। त्यो गौरवको आधार भनेको सूर्योदय पुस्तकालय थियो। पुस्तकालय नै अलप भएपछि प्रकाशनको विलप हुनु अस्वाभाविक होइन। सूर्योदय पत्रिकाको विलाप सुन्ने कसले ? जतिखेर प्रकाशन हुन्थ्यो, त्यति बेला केही पात्र थिए, जो खोटैखोट देख्दथे। बन्द भएपछि अब तिनलाई सन्तुष्टि वा खुशीको अनुभूति हुँदो हो ? कुनै बेला मस्तिष्कमा सूर्योदयको उज्यालो सम्झना आउँदा हर्षको उत्पत्ति हुन्छ ? आलोचना गर्ने आधार नै भत्किएपछि खुशी लाग्नु पनि स्वाभाविक हुनुपर्छ तर यदि भाषा र साहित्यको साँचो आलोचकले खिसीटिउरी गरेको भए सूर्योदयको आभालाई जोगाउने सार्थक प्रयत्न गर्थे होलान्।

सूर्योदय सामान्य पत्रिका थिएन। सूर्योदय त रौतहटेली साहित्यको सूर्योदय थियो। यो चन्द्रनिगाहपुरको निधि थियो। रौतहटको अमूल्य निधि थियो। जिल्लाको एउटा पहिचान थियो। मान थियो र सम्मान पनि थियो।

आफ्नो जमीन भएको र आफ्नो पहिचान भएको सूर्योदय पुस्तकालयले जे जे गरेको थियो, अनुकरणीय काम गरेको थियो। कलाकुञ्ज पुस्तकालय गौरको युगपछि रौतहटमा र अझ मुख्यगरी उत्तरी रौतहटमा भाषा र साहित्यको क्षेत्रको जग बसाल्ने काम गरेको थियो। सूर्योदयको आलोकमा आफ्नो पहिलो अनुहार देखाउनेहरूले आज देशमा आफ्नो साहित्यिक अनुहार देखाइरहेका छन्। यो सूर्योदयको प्राप्ति थियो तर सूर्योदय पुस्तकालय हरायो, सूर्योदय पत्रिका हरायो। सूर्योदय पुस्तकालय हराउनुमा एउटा सानो यात्रा छ। हुनत साहित्यमा पनि यात्रा हुन्छ। यात्रामा पनि साहित्य हुन्छ। सम्भवतः सूर्योदय पुस्तकालयले तामझामका साथ सूर्योदय प्रतिष्ठान बन्ने भूल गरेको थियो। बजारबाट चोकको यात्रा गरेको थियो। महादेव मन्दिरबाट होटलको पछाडि गएको थियो। सहायक राजमार्गबाट मुख्य राजमार्गमा पुगेको थियो। र यसै क्रममा हराएको थियो।

सूर्योदय पुस्तकालयलाई देशले चिन्न थालेको थियो वा एक किसिमका मानिसले चिनिसकेका थिए। धेरै ठाउँमा सूर्योदय आफैं साहित्य बनेर आएको थियो। धेरै ठाउँमा साहित्यको जनकको रूपमा स्थापित हुन पुगेको थियो तर सूर्योदयको आज न त्यो राप छ, न ताप छ, न छ कुनै नाम नै। जो यहाँबाट अगाडि बढे, उसले ठाउँलाई बिर्सेका छन् कि ? नाउँ नै बिर्सेका छन् कि ? सबैभन्दा पीडादायी कुरो त सूर्योदयलाई बिर्सेका छन्। सूर्योदयलाई बिर्सेर मात्र नहुने हो, हुनु नपर्ने हो, किनभने सूर्योदयलाई बिर्सिन हुँदैन। यदि कसैले बिर्सेको देखाउन खोजिरहेको छ भने उसले ढोङ गरिरहेको छ। साहित्यमा आडम्बरको पनि ठूलो महत्त्व हुन्छ। आडम्बरको भरमा आफ्नो खोक्रोपन छोपिरहेका छन्। जे छोप्न खोजिरहेका छन्, दूरदृष्टि हुनेले त्यही देखिरहेका छन्।

सूर्योदयले कसैको अहित गरेको थिएन। पुस्तकालयबाट प्रतिष्ठानमा रूपान्तरण हुँदा नै केही शुभचिन्तकलाई चित्त बुझेको थिएन। यही पुस्तकालयले एउटा पहिचान बनाएको थियो र प्रतिष्ठानले एउटा पहिचान बनाउन फेरि सङ्घर्ष गर्नुपर्छ तर केहीको भनाइ थियो कि प्रतिष्ठान भएपछि धेरै किसिमका काम गर्न सजिलो हुन्छ। सम्भवतः प्रतिष्ठानको नामकरण संस्कार भएपछि नै गुमनाम भएको हो। गुमनाम भएपछि कसैले खोजी गर्ने प्रयास नै गरेन।

जो खिसीटिउरीका पात्र थिए, पलायन भए, तब त सूर्योदय (पुस्तकालय, प्रतिष्ठान, पत्रिका)को चमक देखिनुपर्ने हो।

जसले सूर्योदयको महत्त्वलाई राम्ररी बुझेको छ, तिनलाई सूर्योदयको माया छ। सूर्योदयको पुनरागमन खोजिरहेका छन्। सूर्योदयले बनाएको गोरेटो र इतिहास दुवै उज्ज्वल छ। हो, यस देशमा रौतहट मानव विकास सूचकाङ्कमा सबैभन्दा पछाडि देखिन्छ अहिलेसम्म तर यसको अर्थ यो होइन कि भाषा र साहित्यको क्षेत्रमा पनि सधैं पछाडि रहिरहोस्। यदि सूर्योदयको लालिमा पुनः क्षितिजमा देखिने हो भने भाषा र साहित्यको क्षेत्रमा अगाडि बढ्ने देखिन्छ। सम्भव छ, सम्भावना छ र आवश्यकता पनि छ। को चाहँदैन यस जिल्लाको मान र नाम ? निरन्तरको अभ्यासले खेलकूदको केही क्षेत्रमा चन्द्रनिगाहपुरले देशलाई धेरै दिएको छ, देशले चन्द्रनिगाहपुरबाट धेरै पाएको छ तर साहित्यको लागि सार्थक प्रयास गरिरहेको संस्था किन हरायो ? हराएको संस्थाको खोजी किन गरिएन ? किन गुमनाम भइरहँदा पनि खोजी गरिदिन कोही तयार भइरहेको छैन ? खोलो तर्‍यो लौरो बिर्स्योको अवस्था अब सूर्योदयको सन्दर्भमा लागू हुनुहुँदैन। सूर्योदय पानीमा हुँदैन, आकाशमा हुन्छ। नयाँ क्षितिजको खोजी साहित्यले गरिरहन्छ। सूर्योदयको लागि सार्थक प्रयास होओस्।

---

## लघुकथा

# रूमाले जग्गा

- समीर पाखीन

बुबाले धेरै वर्षअगाडि काठमाडौंको मुटु नयाँ बानेश्वरमा आठ आना जग्गा किनेर घर बनाएका थिए। हामी दाइभाइले प्राथमिक कक्षा गाउँकै विद्यालयबाट उत्तीर्ण गर्यौं। त्यसपछि बुबाले हामीलाई काठमाडौं ल्याए। हामी यतै बढ्यौं, हुर्कियौं।

दाइ अस्ट्रेलिया जानुभयो, घरजम गरी उतै भास्सिनुभयो। म पढेर सरकारी जागीरे भएँ।

दिनहरू क्रमशः बित्दै गए। जग्गाको भाव आकाशिंदै गयो।

बुबाले चार आनामा घर बनाएर बाँकी जग्गा आँगन र करेसाबारी चाहिन्छ भनी छाडेका थिए। त्यो रूमाले जग्गामा धेरैले आँखा गाड्न थाले। दिनदिनै जग्गा खोज्नेहरू आएर बुबालाई दुःख दिन थाले।

तर बुबाले त्यति जग्गा त चाहिन्छ, पछि नातिनातिनाहरूलाई आँगन पोलेर अन्माउनुपर्छ भन्ने गर्दथे। टहल्नलाई खुल्ला आँगन चाहिन्छ भन्ने गर्दथे। तर म भने जग्गाको भाउ आकाशिएको देख्दा बेचेर अरू दुई तला थपेर बचेको पैसाले एउटा गाडी किन्न पाए हुन्थ्यो भन्ठान्थे।

तर बुबा एकदमै कडा मिजासको हुनुहुन्थ्यो। यसैले बुबा जीवित छँदासम्म मैले त्यो चार आना जग्गा बेच्ने आँट गरिनँ।

(बाँकी पाँचौं पातामा)

# न्यायको मन्दिरमा गैरकानूनी भुइँचालो

सरोकार

राजेश मिश्र

rajesh560107@gmail.com

पीडित : पञ्चजी, हउ आदमी हमर खेत के आर काट लेले बाड्न। इन्साफ करीं लोगन, हम हाथ जोड के निहोरा करतानी। (पञ्च हजुर, त्यो मान्छेले मेरो खेतको आली काटेको छ। न्याय गर्नुहोस्, म हात जोडेर बिन्ती गरिरहेको छु।)

पञ्च : तु चुपचाप रह, सारा गलती तोहार बाटे। (थर्काउँदै) पञ्च जथी कही तोहरा माने के परी, बुझल (तिमी चुप लाग, सारा गलती तिम्रो छ। (थर्काउँदै) पञ्चहरूले जे भन्छन्, तिमीले मान्नुपर्छ, बुझ्यौ।)

गाउँ-देहातको उपरोक्त विवादमा पञ्चहरूले आली काट्ने व्यक्तिको पक्षमा निर्णय सुनाए। किनभने ऊ गाउँको टाठोबाठो थियो। सोझो तथा विपन्न व्यक्तिले न्याय पाएन। पञ्चहरूका आफन्त वा धनी वा टाठाबाठा भएपछि जे गर्दा पनि निर्णय आफ्नै पक्षमा आउने भएपछि बेतिथि कसरी हट्छ ? यसको अलावा टाठाबाठाबाहेक नागरिकको विवादमा बिचौलियाहरूले मिलाइदिने भन्दै दुवै पक्षसँग आर्थिक अपचलन गर्ने अवस्था छँदैछ। उहिलेको कथा अहिले पनि गाउँ-देहातबाट हटेको छैन। अहिले त दुई पक्षलाई लडाउने, मुद्दा हाल्न उक्साउने र अदालतमा कुरा मिलाइदिने नाममा ठगीको नयाँ 'भेरिएन्ट' समाजमा उदीयमान छ।

**परेवा दम्पतीको कथा**

परेवा दम्पती एक दिन विचरण गर्दै टाढा र बिरानो इलाकामा पुगेछ। परेवाकी पत्नीले पतिसँग भनी-"यो कस्तो उजाड क्षेत्रमा हामी आइपुग्यौं, जहाँ न पानी, न जङ्गल, न चीसो हावा छ। यहाँ त हामीलाई बस्नै गाह्रो हुन्छ।"

परेवाले पत्नीलाई भन्यो-"प्रिये, अँध्यारो भएकोले फर्कन कठिन छ। त्यस कारण दुःख-सुखका साथ आज यसै बिरानो ठाउँमा रात काट्नुको विकल्प छैन। भोलि बिहान उज्यालोमा हामी आफ्नो ठाउँ फर्कौंला।" एक पुरानो वृक्षमुनि उनीहरूले ओत लिए।

सोही वृक्षको हाँगामा बसिरहेको कागले परेवा दम्पतीको संवाद सुनिरहेको थियो। परेवा दम्पती निदाइसकेपछि काग एक्कासि कराउन थाल्यो। कागको आवाजले परेवा दम्पती ब्यूँझ्यो। परेवाले कागलाई नकराउन अनुनय गरेपछि काग झन् ठूलो स्वरमा कराउन थाल्यो। त्रसित परेवा दम्पती कागको छुद्रताले आजित थियो। परेवाकी पत्नीले भनी-"अब त सुत्न पनि गाह्रो भयो। कसरी रात कट्छ ?" बिचरा परेवाले पत्नीलाई सान्त्वना दिइरह्यो।

उज्यालो भयो। काग तल आयो र परेवासँग भन्यो-"साथी, मेरो कारणले राति तिमीहरूलाई धेरै दुःख भयो, है ? मलाई माफ गरिदेऊ।" परेवाले प्रतिउत्तरमा आफूलाई त्यस्तो केही नभएको कुरा बतायो।

यति भन्दै परेवा दम्पती घरतर्फ लाग्यो। अचानक काग करायो-"ओय परेवा, मेरी पत्नीलाई लिएर कता जाँदैछौ, हँ ?" परेवा आश्चर्यचकित हुँदै फर्केर भन्यो-"तिम्री पत्नी रे ! किन मजाक गर्दैछौ, साथी ? ठूलो स्वरमा कराउँदै कागले भन्यो-"चुप लाग तिमी। यो मेरी पत्नी हो। तिमीले लिएर जान पाउँदैनौ।" परेवा र कागबीच विवाद चर्कियो। हल्लाखल्ला सुनेर त्यस क्षेत्रका प्राणी जम्मा हुन थाले। अन्ततः आसपासका पञ्चहरूलाई बोलाइयो।

पञ्चहरूले सोधे-"भाइ केको लागि झगडा भएको हो ?" उपस्थित मानिसले परेवा र कागले आआफ्नी पत्नी भएको दाबी गरिरहेको कुरा बताए। लामो बहस चल्यो। अन्ततः पञ्चहरूले आलोपालो गरी परेवा र कागसँग गोप्य संवाद गरे। गोप्य विमर्शको दौरान कागले आफूसँग सुनको इँटा भएको बताउँदै आफ्नो पक्षमा निर्णय गरे पञ्चहरूलाई दिने लालच दियो।

अन्ततः पञ्चहरूले फैसला सुनाउँदै भने-"सबै तथ्य र प्रमाणको जाँच गरेपछि यो पञ्चायतले परेवाको दाबी खारेज गरी कागकी पत्नी भएको ठहर गरेको छ र परेवालाई तत्काल यो इलाका छाड्न पञ्चायतको आदेश छ।"

**भुइँचालोभन्दा घातक**

अहिले भुइँचालोभन्दा बढी घातक

काण्ड पर्दाफाश भएको छ। जिल्ला अदालत काठमाडौंका न्यायाधीश राजकुमार कोइराला र अधिवक्ता रुद्र पोखरेलबीचको अडियो प्रकरणले देश हल्लाइदिएको छ। यसले न्यायालयको गरिमामाथि मात्र प्रश्नचिह्न खडा गरेको छैन, अपितु परेवा र कागको कथाजस्तै भित्रभित्रै वस्तु सरह न्यायको खरीद-बिक्री कसरी हुँदो रहेछ भन्ने कुरा पनि उजागर गरेको छ।

विभिन्न समाचारहरूमा जनाइए अनुसार सिभिल सेभिङ एन्ड क्रेडिट कोअपरेटिभमा बचतकर्ताहरूको करीब आठ अर्ब रुपियाँ हिनामिना गरेको आरोपमा नेपाल प्रहरीको केन्द्रीय अनुसन्धान ब्युरो (सिआइबी)ले गत वर्षको असोज १८ मा दोस्रो संविधानसभामा एमालेका तर्फबाट सभासद्समेत रहेका व्यवसायी इच्छाराज तामाङलाई पक्राउ गरेको थियो।

सोही प्रकरणमा व्यवसायी इच्छाराज तामाङलाई १० करोड रुपियाँमा छुटाउँदा दुई करोड आफूहरूलाई पनि आउने भन्दै अधिवक्ता रुद्र पोखरेलले जिल्ला अदालत काठमाडौंका न्यायाधीश राजकुमार कोइरालासँग संवाद गरेको अडियो न्यूज २४ टिभीले मङ्गलवार सार्वजनिक गरेको थियो।

**विपन्नका कथा**

धनुषाको महेन्द्रनगरमा कपाल काट्ने पेशाको भरमा दुई छोरी, एक छोरा र पत्नी रहेको परिवार धान्दै आएका अभिभावक झन्डै तीन वर्ष यतादेखि आफ्नी १४ वर्षीया छोरीको बलात्कार मुद्दाको सुनुवाइका निम्ति पर्खिरहेका छन्। धनुषा क्षीरेश्वरनाथ-५, महेन्द्रनगरकी १४ वर्षीया बालिका बलात्कृत भएकीमा पीडितका बुबाको किटानी जाहेरी र त्यसपछिको अनुसन्धानबाट प्राप्त प्रारम्भिक प्रमाणका आधारमा २०७६ जेठ ८ मा जिल्ला अदालत धनुषामा दर्ता भएको मुद्दामा २२ पटक सुनुवाइ स्थगित भइसकेको छ।

बलात्कारजस्तो अत्यन्त संवेदनशील मुद्दालाई निरन्तर सुनुवाइ गरी द्रुतमार्गबाट टुङ्ग्याउन सर्वोच्च अदालतले दिएको निर्देशनविपरीत यो मुद्दामा पीडितलाई लामो समयदेखि न्यायबाट वञ्चित गराइएको छ।

जागीर पाउने आशामा नागरिकताको प्रतिलिपि दिएका परवानीपुर-१ बुनियादका उमाशङ्कर जेल चलान भए। खान-लाउन धौंधौ रहेको उनीमाथि झन्डै २८ करोड रुपियाँ कर छलेको अभियोग लागेको छ।

ठगको फन्दामा परेर विपन्न परिवारका उमाशङ्करले जेलजीवन बिताइरहेको समाचार प्रकाशित भयो। त्यसपछि गत पुस १८ मा उमाशङ्करले अधिवक्ता राधिका खतिवडाको सहयोगमा निवेदन दिएपछि सर्वोच्च अदालतले माघ १४ मा आर्थिक अवस्थाले नधान्ने गरी धरौटी माग गर्ने उच्च अदालतको आदेश न्यायोचित नभएको भन्दै धरौटी २५ हजार रुपियाँमा घटाइदिएको थियो। समाचार प्रकाशन नभइदिएको भए शायद उनले जेलजीवन बिताउनुको विकल्प थिएन।

अहिले चर्चामा रहेका न्यायाधीश तथा अधिवक्ता प्रकरण र धनुषा तथा बाराका गरी तीन घटना प्रतिनिधि घटना मात्र हुन्। उजागर नभएका यस्ता थुप्रै घटना हुन सक्छ।

**न्यायको मन्दिर**

माथि उल्लिखित संवादमा पञ्चहरूले गरेको न्याय होस् वा परेवा दम्पतीको कथा होस् वा हालैको न्यायाधीश र अधिवक्ता प्रकरण होस्, न्यायको मन्दिरमा गैरकानूनी भुइँचालो कुनै पनि हालतमा स्वीकार्य हुनुहुँदैन। यसको अर्थ न्यायालयमा केवल भेदभाव हुन्छ, न्याय पाइँदैन, गैरन्यायिक गतिविधि हाबी छ भन्ने कदापि होइन। यद्यपि कानूनी धारा र उपधाराको तरङ्ग प्रवाहित हुने अदालतको प्राङ्गणमा बेथितिको कल्पना गर्न सकिंदैन। विभिन्न शासन प्रणाली हुँदै गणतान्त्रिक व्यवस्थामा आइपुग्दा पनि हिन्दी लोकोक्ति-जिसकी लाठी उसकी भैंस चरितार्थ हुनु कल्पनाबाहिरको कुरा हो।

भ्रष्टाचार निवारण ऐनमा भ्रष्टाचार गरेमा के हुने भनी उल्लेख छ। ऐनमैं उल्लेख यस्ता कुरा बौद्धिक न्यायाधीशहरूलाई थाहा नहुने कुरै छैन। नेपाली समाजमा न्यायालयलाई मन्दिर तथा न्यायमूर्तिहरूलाई भगवान्‌तुल्य मानिन्छ। न्यायको प्रत्याभूति दिलाउने न्यायप्रणाली सत्ता र शक्तिको आधारमा तय हुने हो भने गरीब तथा विपन्नले न्यायको परिकल्पना नगरे पनि हुन्छ। कानूनको 'क' नपढेका सर्वसाधारण मानिसले न्यायाधीशले घूस लिएको कुरा त पर जाओस्, सुनेर चुप लाग्नु वा कारबाई नहुनु पनि अपराध हो भन्ने कुरा छुट्याउन सक्दैन भन्ने होइन। न्याय क्षेत्रमा बेथिति सुन्न नपाइयोस् र न्यायपालिका स्वतन्त्र, निष्पक्ष र हस्तक्षेपरहित होस् भन्ने आम अपेक्षा प्रत्याभूति होस्।

# द्रोण पर्व-८२

महाभारतबाट सङ्कलन तथा अनुवाद

उमाशङ्कर द्विवेदी

पाण्डुनन्दन भीम अत्यन्त बली थिए, उनको मुड्कीको चोटले शत्रुको हाड छिन्न-भिन्न भई छताछुल्ल भयो। उनको त्यो दुर्गतिलाई कर्ण र उनका भाइहरूले सहन गर्न सकेनन्, उनीहरूले विषधर सर्पझैं तीक्ष्ण वाण हानेर भीमसेनलाई पीडित पार्न थाले। अनि भीमसेन आफ्नो रथ छाडेर ध्रुवको रथमाथि सवार भए। ध्रुव पनि निरन्तर उनीतिर वाण हानिरहेका थिए। महाबली भीमसेनले उनलाई पनि मुड्की हानेर मारिदिए। फेरि उनी जयरातको रथमाथि चढेर सिंहनाद गर्दै उनलाई देब्रे हातले एक झापड हाने। यस प्रकार कर्णले हेर्दाहेर्दै उनलाई पनि मारिदिए। अनि कर्णले भीमसेनमाथि

एउटा सुवर्णमयी शक्ति प्रहार गरे तर भीमसेनले हाँसीहाँसी त्यसलाई हातले समातेर पुनः कर्णमाथि नै हानिदिए। कर्णतिर आइरहेको त्यस शक्तिवाणलाई शकुनिले आफ्नो वाणले काटेर खसाले। यस प्रकार अद्भूत पराक्रमी भीमसेनले युद्धमा महान् पुरुषार्थ गरेर पुनः आफ्नो रथमाथि आरूढ भई तपाईंका सेनामाथि धावा गरे। क्रोधमा यमराजझैं भएका भीमसेनलाई आइरहेको हेरेर तपाईंका पुत्रहरूले वाण हानेर अघि बढ्न रोके। यो हेरेर भीमसेनले आफ्नो वाणबाट दुर्मदको घोडा र सारथिलाई यमलोक पुऱ्याइदिए। दुर्मद दुष्कर्णको रथमा चढे। अब एउटै रथमाथि बसेका दुवै भाइले भीमसेनमाथि धावा गरेर उनलाई आफ्ना तिक्खर वाणहरू हान्दै पीडित पार्न थाले। अनि भीमसेनले कर्ण, अश्वत्थामा, दुर्योधन, कृपाचार्य, सोमदत्त र बाल्हीकले हेर्दा-हेर्दै दुर्मद र दुष्कर्णको रथमाथि लात्ती हानेर पृथ्वीमा भसाइ दिए। अनि तपाईंका

ती दुवै पुत्रलाई मुड्की हान्दै क्षत-विक्षत पारी जोडले गर्जना गरे। त्यति बेला कौरव सेनामा हाहाकार मच्चियो। भीमलाई हेरेर राजाहरू भन्दै थिए-यिनी भीम न भई भीमको रूपमा साक्षात् भगवान् रुद्र हुन् जो कौरवहरूसित युद्ध गर्दैछन्। महाराज, यति भनेर सबै राजाहरू भाग्न थाले, सबैको होश हराएको थियो। सबैले आआफ्नो सवारी तीव्र गतिमा भगाउँदै थिए। त्यति बेला जो सबैको साथमा भाग्न सकिरहेको थिएन ऊ एक्लै भाग्दै थियो।

यस प्रकार त्यस प्रदोषकालमा भीमसेनले कौरवसेनाको नराम्ररी संहार गरे। यसबाट नकुल, सहदेव, द्रुपद, विराट्, केकय र राजा युधिष्ठिरलाई बडो प्रसन्नता भयो। उनीहरू भीमसेनको प्रशंसा गर्न थाले।

सञ्जय भन्छन्-सात्यकिप्रति राजा सोमदत्तको क्रोध अत्यन्त बढेको थियो किनकि उनका पुत्र भूरिश्रवालाई, जब उनी अनशन व्रत धारण गरी बसेका थिए, मारिदिएका थिए। सोमदत्तले नौवटा वाण हानेर सात्यकिलाई घाइते पारे अनि सात्यकिले पनि नौवटा वाण हानेर सोमदत्तलाई पनि घाइते बनाए। सात्यकि बलवान् थिए तथा उनको धनुष पनि अत्यन्त बलियो थियो। अतः उनको मारबाट सोमदत्त रथको बैठकमा मुर्च्छित भएर लडे। यो देखेर उनका सारथिले उनलाई तत्काल रणभूमिबाट बाहिर लगे। अनि सात्यकिको वध गर्ने इच्छाले आचार्य द्रोण उनीतिर झम्टे। द्रोण आइरहेको हेरेर युधिष्ठिर आदि वीरहरू सात्यकिको रथलाई घेरामा हालेर उभिए। तदन्तर आचार्य द्रोणाको पाण्डवहरूसित भयङ्कर युद्ध शुरू भयो। द्रोणले पाण्डवसेनालाई वाणबाट आच्छादित पारिदिए र युधिष्ठिरलाई पनि अत्यन्त घाइते पारे।। फेरि सात्यकिमाथि दशवटा, धृष्टद्युम्नमाथि बीसवटा, भीमसेनमाथि नौवटा, नकुलमाथि पाँचवटा, सहदेवमाथि आठवटा, शिखण्डीमाथि एक सयवटा, द्रौपदीका प्रत्येक पुत्रमाथि पाँचवटा, विराट्माथि आठवटा, द्रुपदमाथि दशवटा, युधामन्युमाथि तीनवटा र उत्तमौजामाथि छवटा वाण हानेर घाइते पारे। यस पछि अन्य योद्धाहरूलाई पनि घाइते पार्दै उनी युधिष्ठिरतिर बढे। उनको वाणको चोटबाट आर्त्तनाद गर्दै पाण्डव सैनिक प्रत्येक दिशामा भाग्न थाले। जो जो वीर आचार्यको सामु पर्दथे उनीहरूको मस्तक काटेर आचार्यका वाणहरू धरतीभित्र छिर्दथे। यस प्रकार आचार्यको वाणबाट आहत भएको पाण्डवसेना अर्जुनले हेर्दा-हेर्दै भयभीत भएर भाग्न थाल्यो।

यो हेरेर अर्जुनले श्रीकृष्णासित भने-गोविन्द, अब हामी आचार्यतर्फ लागौं। अनि श्रीकृष्णले नन्दीघोषलाई आचार्यतिर हाँके। भीमसेनले पनि आफ्नो सारथि विशोकलाइ आज्ञा दिए-मलाई आचार्य द्रोणको रथसम्म लग। उनको आज्ञा पाएर विशोकले पनि आफ्नो रथ अर्जुनको रथको पछिपछि हाँके। ती दुवै भाइलाई यसरी तयार भएर द्रोणाचार्यतिर गइरहेको हेरेर पाञ्चाल, सृञ्जय, मत्स्य, चेदि, कारूष, कोशल र केकय महारथिहरू पनि उनीहरूको पछि लागे। तदन्तर त्यहाँ रौं ठाडो पार्ने घोर सङ्ग्राम थालियो। अर्जुन र भीमसेनले आफूसाथ रथिहरूको ठूलो डफ्फा लिएर तपाईंको सेनाको दक्षिण र उत्तर भागमा घेरा हाले।

ती दुइ वीरलाई त्यहाँ उपस्थित भएको देखेर सात्यकि र धृष्टद्युम्न पनि त्यहाँ आइ पुगे। भूरिश्रवाको वधबाट अश्वत्थामा धेरै चिढिएका थिए, उनले सात्यकिलाई आइरहेको हेरेर उनलाई मार्ने निश्चय गरेर उनीमाथि धावा गरे। क्रमशः..।

# निद्रा र आराम

वाटिका

डा शिवशङ्कर यादव

shivshankaryadav3398@gmail.com

**निद्राको यति वर्णन इइजीबाट सम्भव भएको हो। इइजीको आविष्कार हेन्स बर्गरले २०सौं शताब्दीको मध्यमा मात्र गर्न सके। जबकि निद्राको बारेमा अरस्तुसम्मले बोलेका छन्। एन्थोनी केल्सले स्लीप वाकबारे १९औं शताब्दीमैं बताएका थिए। तर ती सबै अँध्यारोमा ढुङ्गा हाने सरह नै थिए।**

विज्ञानले निद्रालाई कोमासित दाँजेर परिभाषा गरेको छ कि निद्राबाट स्वतः ब्युँझन सकिन्छ तर कोमाबाट सकिंदैन। पाठकवृन्द म निद्रालाई अध्यात्मको अनुसार मृत्युसित दाँजेर परिभाषा गर्न चाहन्छु कि निद्राबाट पुनर्जीवित हुन सकिन्छ तर मृत्युबाट सकिंदैन।

अतः निद्रा त्यो अर्द्धमृत अवस्था हो, जुन अँध्यारो र बन्द आँखामा उत्रेर शरीरका सम्पूर्ण क्रिया-प्रक्रियाको नवीकरण गर्छ।

**वासांसि जिर्णानि यथा विहाय नवानि गृह्याति नरोपराणि**
**तथा शरीराणि विहाय जीर्णान्यन्यानि संयाति नवानि देही।**

जसरी जीर्ण भएपछि मानिस नयाँ वस्त्र धारण गर्छ त्यसरी नै जब शरीर जीर्ण हुन्छ तब आत्माले नयाँ शरीर धारण गर्छ। यो वस्त्र जीर्ण भइसकेको अवस्था हो। जीर्ण हुनुभन्दा पहिले के हुन्छ ? मैलो हुन्छ। त्यसलाई सफा गरी कलप लगाएर फेरि प्रयोग गरिन्छ। त्यही शरीररूपी मैलो भइसकेको वस्त्रलाई सफा गर्ने र कलप लगाउने प्रक्रिया हो-निद्रा।

हामी सबैलाई थाहा छ कि निर्जीव मेशिनलाई पनि आराम चाहिन्छ। त्यही आरामको बेला मेशिनको सर्भिसिङ गरिन्छ, ढिला भएको नट-वोल्ट कसिन्छ र मरम्मतत गरिन्छ। त्यसो गरिएन भने केही समयपछि मेशिन सदाको लागि कामलायक नरहन सक्छ। तपाईं भन्न सक्नुहुन्छ कि मेशिनको इन्जिन सीज हुन्छ। यही सीज हुने कुरालाई मेशिनको मृत्यु भन्न सकिन्छ। ठीक यस्तै हाम्रो शरीर पनि एक जीवित मेशिन नै हो। फरक यति मात्र छ कि निर्जीव मेशिनको मरम्मत अरूले गर्छ तर जीवित शरीर रूपी मेशिनले आफ्नो मरम्मत आफैं गर्छ। यसका लागि उसलाई अवकाश मात्र चाहिन्छ। शरीरले चाहने यसै अवकाशलाई आराम भनिन्छ। यो आराम दुई प्रकारको हुन्छ-अपूर्ण आराम र पूर्ण आराम। शरीरले आफ्नो मरम्मत पूर्ण र अपूर्ण दुवै आराममा गर्छ। यसै पूर्ण आरामलाई निद्रा भनिन्छ। दिनमा काम गर्दा बेलाबेला आराम गरिन्छ। यसले सानोतिनो मरम्मत गर्छ। जसरी काम गर्दागर्दा हातखुट्टाको मांसपेशी थाक्छ। त्यो थकाइ मार्न हामीलाई केही बेरको लागि टिफिन वा केही बेरको छुट्टी पाइन्छ। यसमा मांसपेशीले आराम पाएर पूर्ववत् कामलायक बन्छ। वास्तवमा काम गर्ने बेला मांसपेशीमा लैक्टिक एसिड जमा भएर मांसपेशी थाक्छ। आरामको बेला त्यही लैक्टिक एसिडलाई मांसपेशीले हुत्याएर रगतमा पठाइदिन्छ जुन पिसाब भएर बाहिर निस्कन्छ। मालिश गरेर यसै प्रक्रियालाई तीव्र पारिन्छ। पहिले पहिले अमानीवयता यति थियो कि धनोपार्जनका लागि कामदारलाई चौबीसैं घण्टा खटाइन्थ्यो। दासहरूको अवस्था त पशुभन्दा पनि नराम्रो थियो। प्रजातन्त्रको आलोकमा त्यसविरुद्ध आन्दोलन भयो र ८ घण्टा काम, ८ घण्टा आराम तथा ८ घण्टा मनोरञ्जनको माग गरियो र पूरा पनि भयो। तर आज पनि यो राम्ररी लागू भइ नसकेको अवस्था छ।

पूर्ण आरामको मतलब हो निद्रा। अपूर्ण आराममा त शरीरले मात्र सानो तिनो मरम्मत गर्छ। तर निद्रामा शरीरको पूर्ण सर्भिसिङ हुन्छ जसमा स्मरण शक्तिलगायत सबै डाटाबेसको रिन्युअल र पुनर्ताजगी हुन्छ। निद्रा भएन भने कुनै पनि डाक्टरले तपाईंलाई बचाउन सक्दैन। यस मेशिनको इन्जिन सिज हुन्छ र त्यसैको मतलब हो मृत्यु। तर निद्रा स्वयं एक अल्पकालिक मृत्यु नै हो जसमा ढुकढुकी र सास मात्र चलिरहेको हुन्छ। जसरी कुनै सर्जनले एनेस्थेसिया दिएर मात्र आफ्ना हतियार चलाउँछ त्यस्तै निद्रारूपी एनेस्थेसियामा शरीरले सर्भिसिङ गर्ने आफ्नो हतियार चलाउँछ। केही जीवनचक्र जसलाई अङ्ग्रेजीमा रिद्म भनिन्छ ग्रह, नक्षत्र र पृथ्वीको चाल चरित्रले हामीलाई दिएको हुन्छ जसलाई कि हामी रोक्न सक्दैनौं वा रोक्ने कोशिश

गर्‍यौं भने शरीरले हानि बेहोर्छ। यहाँ म तीन चक्रको उल्लेख र उदाहरण दिन चाहन्छु : सरकेडियन रिद्म, इनफ्राडियन रिद्म र अल्ट्राडियन रिद्म। लैटिनमा 'सरका''को अर्थ एराउन्ड र 'डियन' माने दिन हुन्छ। यो २४ घण्टामा एकपटक दोहरिन्छ। निद्रा यसै रिद्मको उदाहरण हो जसलाई रोकियो भने खतरा हुन्छ। इन्फ्राडियनको अवधि सरकेडियन भन्दा बढी हुन्छ। यसको उदाहरण महीनावारी हुनु हो। यो महीनामा एक पटक र हरेक महीना दोहरिन्छ र रोकियो भने हानि बेहोर्नुपर्छ। अल्ट्राडियनको अवधि सरकेडियनभन्दा कम हुन्छ, यसको उदाहरण स्वयं निद्रामा घटित घटना हो जुन निद्राको आरइएम र एनआरइएम स्लीप हो। हाम्रो शरीरको परिवर्तन पनि दिन रातको परिवर्तनको अनुसार नै हुन्छ। सूर्यको प्रकाशमा काम गरिन्छ र रातको अँध्यारोमा सुतिन्छ। अँध्यारोमा मस्तिष्कको पिनियलबडी जसलाई तेस्रो नेत्र पनि भनिन्छबाट मेलाटोनिन हार्मोन निस्कन्छ जसले शरीरलाई सुताउने तयारी गर्छ। सूर्यको प्रकाशमा मेलाटोनिन स्राव सकिन्छ र मानिस ब्युँझन्छ।

वास्तवमा निन्द्रा के हो, ठीकठीक भन्न गाऱ्हो छ। किन जीवनमा दैनन्दिन यसको प्रादुर्भाव हुन्छ ? दार्शनिकहरू निद्रालाई मृत्युको पर्याय मान्छन्। मृत्यु पछि उनको मान्यतामा ताजा र अर्को जन्म हुन्छ। त्यस्तै निद्रापछि पनि शरीरले पुनर्ताजगी प्राप्त गर्छ। निद्रामा मान्छे कुनकुन लोकमा जान्छ, ठेगान छैन। त्यस्तै मृत्युपछि पनि मान्छे कुनकुन लोकमा जान्छ थाहा नभए पनि अनेक मान्यता त छ नै। शरीर विज्ञानले निद्रामा केके हुन्छ केवल त्यससँग मतलब राख्छ। निद्रा दुई प्रकारको हुन्छ : आरइएम र एनआरइएम। मतलब रैपिड आई मुभमेन्ट र नो रैपिड आई मुभमेन्ट। आरइएम सम्पूर्ण निद्राको २५ प्रतिशत र एनआरइएम ७५ प्रतिशत हुन्छ। यी दुवै प्रत्येक ९० मिनटमा दोहोरिरहन्छ। शुरू एनआरइएमबाट हुन्छ जसमा आँखा चल्दैन, तर आरइएम निद्रामा आँखा तलमाथि चलिरहेको हुन्छ। मान्छे यसमा विभिन्न सपना देख्छ। त्यसपछि फेरि एनआरइएम निद्रा शुरू हुन्छ जसका १, २,३, र ४ चार स्टेज हुन्छ। यसमा आँखाको गति बन्द हुन्छ र सपना देखिइँदैन। यसको स्टेज तीन र चारमा गहिरो निद्रा हुन्छ। यो गहिरो निद्रा सम्पूर्ण निद्राको १३ देखि २३ प्रतिशत हुन्छ। मतलब यदि तपाईं ८ घण्टा सुत्नुहुन्छ भने ६३ देखि ११० मिनट मात्र गहिरो निद्रा हुन्छ र यो एक वयस्कको लागि चाहिने मात्रा हो। ९० मिनटपछि फेरि आरइएम फेज शुरू हुन्छ। एवं प्रकारले जब मान्छे सुत्न जान्छ र जब बिहान उठ्छ तब निद्रा एनआरइएमको हुन्छ। अब तपाईंले स्वयं गणना गर्न सक्नुहुन्छ कि तपाईं कुन निद्राबाट ब्युँझिनुभयो ? यदि तपाईं ११ बजे सुत्नुहुन्छ र ७ बजे उठ्नुहुन्छ भने १०५ मिनट आरइएम र ३२५ मिनट एनआरइएम फेजमा रहनुहुन्छ। यसमा एनआरइएम बिहानको ५ बजे वा ७ बजे देखिन्छ। यही एनआरइएमको निद्राबाट ब्युँझनु राम्रो मानिन्छ। बीचको आरइएमको निद्रामा उठ्नु ठीक हुँदैन। यसैमा एउटा गणना तपाईं स्वयं गर्न सक्नुहुन्छ। प्रायः १, २ वा ४, ५ बजे बिहान सवारी दुर्घटना भएको बढी देखिन्छ। यस बेला एनआरइएमको गहिरो वेभ आउँछ र ड्राइभरले त्यसलाई बुझ्न सक्दैन। आँखा कब बन्द भयो र दुर्घटना भयो उसलाई स्वयं थाहा हुँदैन। निद्रालाई कसैले जित्न सक्दैन। त्यो एउटा वेभको रूपमा आएर मान्छेलाई आफ्नो अँगालोमा बेर्छ। अतः निद्रा आए त्यसको स्वागत गर्नुपर्छ। निद्रा कसरी शुरू हुन्छ भन्ने जटिल प्रक्रिया हो। पहिले भनिसकियो कि पिनियल बडीबाट मेलाटोनिन निस्केर निद्रालायक परिस्थिति बनाउँछ। फेरि मस्तिष्कबाट सिरोटोनिन र नरएड्रिनलिन हार्मोन निस्कन्छ। सिरोटिनिन एनआरइएम र नरएड्रिनलिन आरइएम निद्राको लागि जिम्मेवार हुन्छ। यसमा के देखिएको छ भने आरइएम निद्रामा मस्तिष्कको क्रियाशीलता झन् बढेर आउँछ र उसले स्मरण शक्तिलगायत सबै डाटबेस रिन्युअल गर्छ। जब एनआरइएम शुरू हुन्छ, यस्तो लाग्छ मस्तिष्कले शरीरको अन्य भागको रिन्युअलको लागि समय प्रदान गरिरहेको छ। अतः त्यस अवस्थामा मांसपेशी पूर्ण शिथिल हुन्छ जसलाई स्लीप पारालिसिस भनिन्छ। स्वेदग्रन्थि छाडेर शरीरको प्रायः क्रियाशीलता कम भएर क्षतिपूर्ति गर्छ जसमा मांसपेशी, हाड, अन्य कोशिका र प्रतिरक्षा प्रणाली आदि सबै पर्छ। जब फेरि आरइएम आउँछ तब मस्तिष्कले फेरि आफ्नो काम तीव्र पार्छ। एवम्रीतले मस्तिष्क र शरीरका अन्य अङ्ग आलोपालो आफ्नो रिन्युअल गर्छन्।

अब सवाल उठ्छ कुन पोजिशनमा सुत्ने, कुन बेला सुत्ने र कति सुत्ने ? यसको जवाफ यो छ कि कुनै पनि समय कोल्टे सुत्नु उत्तम मानिन्छ। घोप्टो परेर सुत्दा पेट थिचिन्छ। उत्तानो सुत्दा फोक्सो अनावश्यकरूपले फैलिन्छ जबकि सुतेको बेला त्यति अक्सिजन चाहिंदैन। अक्सिजन लेभेल कम भएको बेला मात्र त्यसरी सुताइन्छ। राति १० बजे सुत्नु र ६ बजे उठ्नु उत्तम हो तर आजकालको व्यस्ततामा ११ बजे सुतियो र सात बजे उठियो भने पनि चल्छ। ध्यान के कुराको राख्नुपर्छ कि भने वयस्कले ८ अथवा ७ घण्टा सुत्नैपर्छ।

यो अवधि नवजात शिशुमा १८ वा २० घण्टा, त्यसपछिको बच्चामा १२ वा १४ घण्टा, वयस्कलाई सात वा आठ

(बाँकी पाँचौं पातामा)

# आनन्दको खोजी : मनको अन्तर्यात्रा

- हरिकृष्ण बराल
(राधामाधव स्वामी)
मूर्ली बगैंचा, वीरगंज

ध्यानको मतलब जाग्रत रहनु, सचेत रहनु हो। मानव जीवनको लक्ष्य प्राप्तितर्फ अघि बढ्न सधैं सतर्क रहनु नै साँचो अर्थमा ध्यान हो। तपाईं आफ्नो इच्छाले ध्यान गर्नुस्, आफ्नै तरीकाले ध्यान गर्नुस्। एउटा कुरा राम्ररी बुझ्नुस् कि ध्यान गर्न जरूरी छ। तपाईंले ध्यान गर्नुभयो भने मात्र तपाईंमा सचेतना आउने छ। सचेतना जीवनको सबभन्दा ठूलो उपलब्धि हो भन्ने जानेर मात्र सचेतना आउँदैन। यो जानेपछि सचेतना प्राप्त गर्ने अभ्यास गऱ्यो भने मात्र जीवनमा सचेतना आउने छ।

तपाईलाई जुन दिन जीवनमा होशपूर्वक बाँच्ने कला आउँछ। जुन दिन आफ्ना मनका प्रत्येक कुरा निरीक्षण गर्न आउने छ, त्यसै दिन तपाईंको जीवनमा क्रान्ति घटित हुनेछ। तपाईंले आफूलाई स्वतन्त्र महसूस गर्नुहुनेछ। तपाईंका प्रत्येक निर्णय सृजनात्मक हुनेछन्। तपाई सधैं होशमा रहनुहुनेछ। होशपूर्ण भएर गरिएका तपाईंका सबै निर्णय सधैं ठीक हुनेछन्। सचेतना कुनै ठूलो क्रिया होइन। सचेतनाको अर्थ निदाएको नभएर बिउँझिएको अवस्थामा रहनु हो। विचारशून्य नभएर विचारयुक्त अवस्थामा रहनु हो। मनले निरन्तर काम गरिरहने भएकोले हामीहरूले विचारशून्य हुने असफल प्रयास गर्नुहुँदैन बरु विचारहरूको विश्लेषण गरी एउटा दिशा दिन सकिन्छ। हामीले आफ्नै मनमा सृजित विचारहरूसँग लड्ने प्रयास गऱ्यौं भने हाम्रो हार निश्चित छ। त्यसैले हामीले आफ्ना विचारहरूसँग लड्ने कसरत नगरौं बरु यिनीहरूलाई जस्ताको त्यस्तै हेर्ने बानी बसालौं। यो धेरै कठीन काम हो तर बिस्तारै-बिस्तारै अभ्यास गर्दै गयो भने यो पनि सम्भव हुन्छ। यसबाट आफ्नो विचारसँग लड्ने र अरूको विचारमा बहकिने रोगबाट जोगिन सक्छौं। हामीहरू अरू कसैको विचारबाट प्रभावित हुनेछैनौं बरु आफ्नो निजी विचार प्रतिपादन गर्ने आँट गर्नेछौं। यो हामीयोग्य र हाम्रो आत्माको आवाज हुनेछ। पढेलेखेका ज्ञानीहरू आफ्नो दिमागबाट जीवन पद्धति निश्चित गर्छन् भने साधारण मानिस आफ्नो जीवन पद्धति दिमागबाट निश्चत गर्दैनन् उनीहरूको जीवन पद्धति स्वचालित र स्वतन्त्र हुन्छ। त्यसैले उनीहरू आफ्नो जीवन स्वतन्त्रतापूर्वक यापन गर्दछन्। उनीहरूको जीवनमा शान्ति हुन्छ। आन्तरिकरूपले आफूलाई चिनेका हुन्छन्। उनीहरू आफ्नो मालिक आफैं हुन्छन्। अरू कसैको विचारले उनीहरूमा प्रभाव पार्न सक्दैन।

आफ्ना आन्तरिक क्रिया र मनोदशाप्रति जागरुक हुनु नै सचेतना हो। होशपूर्वक विचार गरी मनोदशा एवं क्रियाप्रति एउटा समझदारी बनाउनुपर्छ। जे गर्नुछ, होहपूर्वक गर्नुछ। तपाईं जे चाहनुहुन्छ त्यही काम आफ्नो इच्छाले गर्नुस्, जसले गर्दा तपाईंले पटकपटक भन्नु नपरोस कि मद्वारा यस्तो गल्ती हुन गयो। सचेतनाको अवस्थाले जीवनमा सबै कुरा ठीक हुँदै जान्छ। सचेतनाविनाको जीवन मेशिन जस्तै हुन्छ। मेशिनलाई जसरी सेट गरिदिनुहुन्छ त्यस्तैगरी चलिरहन्छ। त्यसैगरी मानिसको जीवन पनि मेशिनजस्तै चलिरहेको हामीले देखेका छौं। दिनैपिच्छे उज्यालो भएपछि उठ्नु, काम गर्न जानु, केही निश्चित गतिविधि गर्नु र रात परेपछि सुत्नु। भोलि फेरि त्यही तालिकाबद्ध काम गर्नु। जब मानिसको जीवनमा सचेतना खतम हुन्छ तब मानिसको जीवन मेशिनजस्तै हुन जान्छ। सचेतना नभएपछि मानिसको जीवनमा सृजनात्मकता खतम हुन जान्छ, जीवनको विकास रोकिन जान्छ तर जब मानिसमा सचेतना आउँछ तब उसका प्रत्येक काम ऊर्जायुक्त हुन्छ। उसले आफ्नो काम आनन्दपूर्वक गर्दछ। मानौं एकै किसिमको दुईवटा काम दुईजना मानिसले गरिरहेका छन्। ती दुईमध्ये एकजना सचेत व्यक्ति छ र अर्को मेशिनजस्तो व्यक्ति छ भने निश्चितरूपमा सचेतनापूर्वक काम गर्ने मानिसको कामको परिणाम राम्रो हुन्छ। सचेतनायुक्त व्यक्तिले प्रत्येक कुरालाई विश्लेषण गरी अगाडिपछाडिको विचार गरेर निर्णय गर्छ। कुनै पनि समस्या आएमा त्यसको राम्रो समाधान खोज्न सक्छ। सचेत मानिसले पनि त्यही काम गर्छ जुन काम मेशिनजस्तो काम गर्नेले गर्छ तर सचेत मानिसले त्यसलाई आफ्नो बुद्धि लगाएर गर्छ। काम त्यही हुन्छ तर काम गर्ने तरीका फरक हुन्छ।

(क्रमशः)

# अन्तर्राष्ट्रिय समाचार

## अफगानिस्तानका भूकम्पपीडितहरू खाना र आश्रयविहीन

अफगानिस्तान, १० असार/एएफपी

अफगानिस्तानमा दुई दशकभन्दा बढी समयपछि आएको शक्तिशाली भूकम्पबाट पुऱ्याएको र यसमा परी एक हजारभन्दा बढी व्यक्तिको मृत्यु भएको छ। हजारौं व्यक्ति घरवारविहीन भएका छन्।

भग्नावशेष खोतल्दै अफगानी नागरिक। तस्वीरः एएफपी

बाँचेका धेरै व्यक्ति शुक्रवार खाना र आश्रयविहीन भएका छन्।

भीषण वर्षापछि आएको बाढीको कारण पीडालाई अझै बढाएको छ। बाढीको कारण भएको बाधाले राहत कार्यकर्ताहरू पुगनको लागि कठिन भएको र भूकम्प प्रभावित गाउँहरूमा मानिसहरू पर्खिरहेका बताइएको छ।

गत बुधवार आएको ५.९ म्यागिनच्युडको भूकम्पले पाकिस्तानसँगको सीमावर्ती क्षेत्रमा सबैभन्दा ठूलो धक्का

भूकम्पले सबैभन्दा बढी प्रभावित जिल्लाहरूमा सम्पूर्ण गाउँ समतल भएका छन्। यहाँ बाँचेकाहरूले भने कि उनीहरू आफ्ना मृतकहरूलाई गाड्नका लागि उपकरणाहरू खोज्न पनि सङ्घर्ष गरिरहेको बताइएको छ।

"त्यहाँ कुनै कम्बल, त्रिपाल छैन, त्यहाँ कुनै आश्रय छैन। हाम्रो सम्पूर्ण पानी वितरण प्रणाली ध्वस्त भएको छ। त्यहाँ शाब्दिकरूपमा खानेकुरा केही छैन," २१ वर्षीय जैतुल्लाह गुर्जिवालले कडा प्रभावित पक्तिका प्रान्तको आफ्नो गाउँमा पुगेको एएफपी टोलीलाई भने।

प्रान्तका सूचना प्रमुख मोहम्मद अमिन हुजैफाले भारी वर्षा र बाढीका कारण प्रभावित क्षेत्रसम्म पुग्ने प्रयासमा बाधा पुगेको बताए। भूकम्पले मोबाइल फोनका टावर र बिजुलीका लाइनहरू ढलेपछि सञ्चारमा समेत असर परेको छ।

भूकम्पले पहिल्यै भारी वर्षाको प्रभावबाट ग्रस्त क्षेत्रहरूलाई प्रभावित गरेको थियो, चट्टान र माटोको कारणले गर्दा पहाडको भिरालोमा अनिश्चितरूपमा बसेका बस्तीहरू सखाप भएका छन्।

### भूकम्पपीडितहरूलाई राष्ट्रसङ्घीय एजेन्सीहरूको सहयोग

संयुक्त राष्ट्रसङ्घ/सिन्ह्वा

अफगानिस्तानका भूकम्पपीडितहरूका लागि संयुक्त राष्ट्रसङ्घीय एजेन्सीहरूले सहयोग गरिरहेको राष्ट्रसङ्घीय प्रवक्ताले जानकारी दिएका छन्।

राष्ट्रसङ्घका महासचिव एन्टोनियो गुटरेसका प्रवक्ता स्टेफान डुजारिकले दिएको जानकारी अनुसार संयुक्त राष्ट्रसङ्घीय निकायहरूले अफगानिस्तानका भूकम्पपीडितहरूलाई खाद्यान्न तथा अन्य आवश्यक सहयोग गरिरहेका छन्। रासस

## रौतहटका अधिकांश तहको नगरसभा सम्पन्न

प्रस, रौतहट, १० असार/

रौतहट जिल्लाका अधिकांश स्थानीय तहको नगर/गाउँ सभा शुक्रवार सम्पन्न भएका छन्।

गौर, राजपुर, परोहा, बौधीमाई, मौलापुर, देवाही गोनाही, गरुडा, माधवनारायण, वृन्दावन, गुजरा र चन्द्रपुर नगरपालिकाको नगरसभा सम्पन्न भएका छन् भने यमुनामाई गाउँपालिकाको गाउँसभा सम्पन्न भएको हो।

नगरपालिका तथा गाउँपालिकाका नीति तथा कार्यक्रममा शिक्षा, स्वास्थ्य, कृषि, भौतिक पूर्वाधार, योजनालगायतका क्षेत्रलाई विशेष प्राथमिकतामा राखिएका छन्।

देवाही गोनाही नगरपालिकाको नगरसभामा नेकपा एमालेका स्थायी कमिटी सदस्य एवं पूर्वमन्त्री प्रभु साहले सो नगरपालिकालाई नमूनाको नगरपालिका बनाउन सुझाव दिए। उनले धेरै योजना केन्द्रबाट आफूले पठाए पनि जनप्रतिनिधिका कारण नमूना नगरपालिका बन्न नसकेको बताए। देवाही गोनाहीका जनताले चाहेको खण्डमा नमूना नगरपालिका बन्ने उनले बताए। कृषि क्षेत्रलाई बढी प्राथमिकतामा राखेर किसानलाई आयआर्जन हुनेतर्फ आकर्षित गर्न स्थायी कमिटी सदस्य साहले सुझाव दिए।

विकास बजेटलाई सदुपयोग गरी देख्ने गरी कार्य गर्न उनले भने। विगतका जनप्रतिनिधिले देख्ने गरी कार्य नगरेका कारण देवाही गोनाहीमा विकास नभएको जस्तो अनुभूति भएको स्थायी कमिटी सदस्य साहले बताए। यसभन्दा पहिला राजदेवी, गढीमाई र ईशनाथ नगरपालिकाको नगरसभा सम्पन्न भइसकेका छन्। दुर्गा भगवती तथा फतुवा विजयपुर नगरपालिकाको नगरसभा आन्तरिक विवादका कारण आज सम्पन्न हुन सकेन।

**निद्रा र आराम............**

घण्टा तथा बुढेसकालमा पाँच वा सात घण्टाभन्दा कम हुनुहुँदैन। कसैकसैको दिनमा पनि सुत्ने बानी हुन्छ। यो कदापि खराब हुँदैन तर पनि यो एक घण्टाभन्दा बढी नहोस्। मेरो बुबामा यो बानी थियो र उनलाई डर लाग्थ्यो कि कहीं यो खराब बानी त होइन ? मैले सम्झाएँपछि बल्ल उनी आश्वस्त भए। अक्सर धेरै बिहान उठ्नेहरूमा यो समस्या देखिन्छ। रातमा धेरैबेरसम्म काम गर्नेहरूलाई पनि दिनमा निद्रा आउन सक्छ। राति जाग्नेहरूको दिमागको तरल पदार्थमा म्युरोमाइलको स्तर बढी पाइएको छ, जसलाई अर्को जनावरमा इन्जेक्ट गर्नासाथ जनावर सुतेको देखियो। दिनमा सबैलाई काम गर्दागर्दै १५ मिनटको झप्की पनि धेरै लाभदायक हुन्छ। यसमा अन्यथा मान्नुपर्दैन। यो थकाइले माग गरेको कुरा हो। पहिले पहिले त निद्राको अवधारणा नै यही थियो र केही मात्रामा यो सत्य पनि हो। जब हामी खाना खान्छौं, तब निद्रा लाग्ने कारण नै यही हो। खाना पचाउनको लागि रगतको प्रवाह पेटतिर बढी र दिमागतिर कम हुन्छ र निद्रा लाग्छ। मेलाटोनिन, सिरोटिनिनहरूको थ्योरी त पछिका विकास हुन्। हो, कहिलेकाहीं भिटामिनको कमीले पनि बढी सुस्ती र निद्राले च्याप्छ। त्यसको जाँच चिकित्सकसित गराइहाल्नुपर्छ।

निद्राको विकृतिमा इन्सोम्निया, हाइपरसोम्निया, नारकोलेप्सी, नाइटमेयर, नाइटेरर, सोम्नोम्बुलिज्म जस्ता मनोवैज्ञानिक बिमारी हुन्छन्, जसको वर्णन यस सानो लेखमा सम्भव छैन।

निद्राको यति वर्णन इइजीबाट सम्भव भएको हो। इइजीको आविष्कार हेन्स बर्गरले २०सौं शताब्दीको मध्यमा मात्र गर्न सके। जबकि निद्राको बारेमा अरस्तुसम्मले बोलेका छन्। एन्थोनी केल्सले स्लीप वाकबारे १९औं शताब्दीमैं बताएका थिए। तर ती सबै अँध्यारोमा ढुङ्गा हाने सरह नै थिए।

**रूमाले..............**

बुबाको शेषपछि जग्गा मेरो नाममा नामसारी भयो। अब मलाई रोक्ने छेक्ने कोही थिएन। यसैले अगाडिको जग्गा घरसम्म मोटर बाटोलाई छोडेर बेचिदिएँ। वर्ष दिन भित्रै त्यो जग्गामा पाँच तले पक्की भवन ठडियो। पूर्वको झुल्के घाम घरआँगनमा छिर्दा घरै उज्यालो न्यानो लाग्ने अहिले पाँच तले घरले छेकिदिएको थियो। बासी सागपात किनेर खानुपर्ने दिन आयो।

शनिवारको दिन थियो। म खानपिन गरेर कोठामा टिभी हेरेर बसिरहेको थिएँ। एक्कासि घर हल्लियो। म आत्तिएर उठें। स्वास्नी, छोराछोरीलाई खोजें। सबैजना तल बरन्डामा भेला भएका रहेछन्। घर हल्लन अझै छोडेको थिएन। सर्वत्र चित्कार, क्रन्दन मडारिएको अवस्था थियो। केही समयपछि रोक्किनु त रोक्कियो तर ससाना परकम्पन भने जारी थियो। यसैले हामी पनि छिमेकीहरूसितै खुल्ला ठाउँ खोजेर भौंतारिन थाल्यौं। त्यसपछि घरदेखि केही टाढा एउटा खाली जग्गामा सबैले त्रिपाल हाले। हामी पनि सपरिवार केही रात घरबाहिर त्रिपालमा गुजारा गर्न बाध्य भयौं।

एक साँझ मेरी पत्नीले दुःखेसो पोखिन्, "आज आँगन करेसाबारी नबेचेको भए यति टाढा आउनै पर्ने थिएन है बूढा ?"

उनको कुरा सुनेर मलाई पनि बुद्धि बिगारेछु भनी घोर पछुतो भयो। म जवाफमा केही बोल्न सकिनँ।

### आजको राशिफल

| | |
|---|---|
| मेष – भाग्योदय | वृष – खर्चवृद्धि |
| मिथुन – प्रसन्नता | कर्कट – पदोन्नति |
| सिंह – अलमल | कन्या – अपयश |
| तुला – नारीसुख | वृश्चिक – अलमल |
| धनु – खिन्नता | मकर – वाहनकष्ट |
| कुम्भ – राज्यलाभ | मीन – अलमल |

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


### रानीघाट-पोखरिया बस समिति

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

स्वरोजगार बनौं,
गरीबी हटाऔं।

वीरगंज महानगरपालिका कार्यालय


## हत्या आरोपमा पति र ससुरा पक्राउ

जनकपुर, १० असार/रासस

पत्नीको घाँटी थिचेर हत्या गरेको आरोपमा प्रहरीले पति र ससुरालाई पक्राउ गरेको छ।

धनुषाको शहीदनगर नगरपालिका–८ नाथपट्टिकी गौरीदेवी मण्डलको घाँटी थिचेर हत्या गरेको आरोपमा उनका पति रामचन्द्र मण्डल खत्वे र ससुरा सहदेव मण्डल खत्वेलाई प्रहरीले पक्राउ गरेको हो। दुवैजनाले मिलेर घाँटी थिची हत्या गरेको भन्दै मृतक गौरीकी आमा सिराहाको गोलबजार नगरपालिका–५ की तेतरीदेवी मण्डलले २०७८ कात्तिकमा इलाका प्रहरी कार्यालय, यदुकाहामा कर्तव्य ज्यान मुद्दा अन्तर्गत जाहेरी दर्ता गराएका थिए।

सोही जाहेरीको आधारमा दुवैजनालाई भारतको लदनियाबाट पक्राउ गरी नेपाल ल्याइ थप अनुसन्धान अघि बढाइएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय, धनुषाका प्रवक्ता प्रहरी नायब उपरीक्षक प्रदीपबहादुर क्षेत्रीले जानकारी दिए।

नेपाल सरकार
कृषि तथा पशुपन्छी विकास मन्त्रालय
**प्रधानमन्त्री कृषि आधुनिकीकरण परियोजना**
परियोजना कार्यान्वयन एकाइ, पर्सा

## क्याटलग सपिङ विधिबाट ट्याक्टर खरीदका लागि सिलबन्दी प्रस्ताव आह्वानसम्बन्धी सूचना

प्रथमपटक सूचना प्रकाशन मितिः २०७९/०३/१०

यस परियोजनाको चालू आव २०७८/७९ को स्वीकृत वार्षिक कार्यक्रम अनुसार धान जोन लागू रहेको क्षेत्रभित्रबाट यस एकाइमा सूचीकृत भएका लक्षित वर्गहरूलाई लक्षित गरी पोस्ट हार्भेस्ट क्षति न्यूनीकरण कार्यक्रम कार्यान्वयन गर्नका लागि अनुदानमा वितरण गरिने धान तथा मकैका लागि उपयोगी Grain Dryer सञ्चालनका लागि ५० प्रतिशत अनुदानमा ट्याक्टर वितरण गर्नुपर्ने भएकोले सार्वजनिक खरीद ऐन, २०६३ (पहिलो संशोधन २०७३)को दफा ८ को उपदफा १ (क) (८) तथा सार्वजनिक खरीद नियमावली, २०६४ (दशौं संशोधन २०७७) को नियम ३१ (ख) बमोजिम ट्याक्टरको उत्पादक कम्पनी वा नेपालको लागि सोको आधिकारिक विक्रेताहरूबीच मात्र प्रतिस्पर्धा गराउन क्याटलग सपिङ विधिबाट ट्याक्टर खरीद गर्नका लागि सार्वजनिक खरीद नियमावली, २०६४ (दशौं संशोधन २०७७)को नियम ३१ (ख)को उपनियम २ अनुसार यस एकाइमा सूचनामा उल्लेख भए अनुसारका कागजातहरू संलग्न राखी तपसिलमा उल्लेख भए बमोजिमको सिलबन्दी प्रस्ताव यो सूचना प्रकाशन भएको मितिले ७औं दिन अर्थात् २०७९/०३/१६ गते १४:०० बजेभित्र यस एकाइमा स्वयम् वा प्रतिनिधिमार्फत दर्ता गराउनुहुन सम्बन्धित सबैको जानकारीको लागि यो सूचना प्रकाशित गरिएको छ। दर्ता भएका सिलबन्दी प्रस्तावहरू सोही दिन १६:०० बजे खोलिनेछ। थप अन्य जानकारीको लागि सम्पर्क नं. ९८५५०३६४१२/९८५५०३८९५४/९८५५०३६४१५ मा सम्पर्क राख्नुहोला।

**दररेट पेश गर्दा अनिवार्य पेश गर्नुपर्ने कागजातहरूः**

१. दररेट पेश गरिएको भनी रु १० को टिकट टाँस गरी पेश गरिएको निवेदन।
२. फर्म दर्ता प्रमाणपत्र, PAN/VAT दर्ता प्रमाणपत्र र आव २०७७/७८ को करचुक्ता गरेको प्रमाणपत्रको प्रतिलिपि।
३. सम्बन्धित निकायबाट नेपालमा ट्याक्टरको कारोबार गर्नका लागि प्रदान गरिएको इजाजतपत्रको प्रतिलिपि।
४. कालोसूचीमा नरहेको स्वघोषणापत्र।
५. समान प्रकृतिको काम गरेको भएमा सोसम्बन्धी प्रमाणहरूको प्रतिलिपि।
६. ट्याक्टरको Specification, गुणस्तर तथा कम्पनीको आधिकारिक मूल्य खुल्ने कागजात (ब्रोसर/क्याटलग)

**तपसिलः**

| SN | Vehicle | Required Specification | Required Quantity | Remarks |
|---|---|---|---|---|
| 1 | Tractor | Technical Specification यस एकाइको website https://parsa.pmamp.gov.np बाट download गर्न सकिनेछ। | Few | |

१. यस सूचनामा उल्लेख भए बमोजिम अनिवार्य पेश गर्नुपर्ने कागजात संलग्न नभएमा वा दररेटसम्बन्धी विवरण अपूर्ण भएमा वा रीत नपुगेको वा म्याद नाघी प्राप्त भएको दररेट प्रस्तावहरू मूल्याङ्कन प्रक्रियामा समावेश गरिनेछैन।
२. सिलबन्दी दररेट पेश गर्दा खाममा सम्बन्धित आपूर्तिकर्ताको नाम र ठेगाना, email ID तथा सम्पर्क नम्बर अनिवार्यरूपमा उल्लेख भएको हुनुपर्नेछ। दररेट स्वीकार गर्ने नगर्ने सम्पूर्ण अधिकार यस एकाइमा सुरक्षित रहनेछ।
३. यस सूचनामा उल्लेख गर्न छुट भएका अन्य शर्त/बेहोराहरू सार्वजनिक खरीद ऐन २०६३, सार्वजनिक खरीद नियमावली २०६४ र अन्य प्रचलित कानून अनुसार हुनेछ।

**वरिष्ठ कृषि अधिकृत**

नेपाल सरकार
कृषि तथा पशुपन्छी विकास मन्त्रालय
**प्रधानमन्त्री कृषि आधुनिकीकरण परियोजना**
परियोजना कार्यान्वयन एकाइ, पर्सा

## क्याटलग सपिङ विधिबाट Rice Transplanter मेशिन तथा सोसँग सम्बन्धित Accessories खरीदका लागि सिलबन्दी प्रस्ताव आह्वानसम्बन्धी सूचना

प्रथमपटक सूचना प्रकाशन मितिः २०७९/०३/१०

यस परियोजनाको चालू आव २०७८/७९ को स्वीकृत वार्षिक कार्यक्रम अनुसार धान जोन लागू रहेको क्षेत्रभित्रबाट यस एकाइमा सूचीकृत भएका लक्षित वर्गहरूलाई लक्षित गरी सामुदायिक नर्सरी स्थापना तथा Rice Transplanter मेशिनमार्फत धानको खेती प्रवर्धन कार्यक्रम कार्यान्वयन गर्नका लागि अनुदानमा Rice Transplanter मेशिन तथा सोसँग सम्बन्धित Accessories वितरण गर्नुपर्ने भएकोले सार्वजनिक खरीद ऐन, २०६३ (पहिलो संशोधन २०७३)को दफा ८ को उपदफा १ (क) (८) तथा सार्वजनिक खरीद नियमावली, २०६४ (दशौं संशोधन २०७७) को नियम ३१ (ख) बमोजिम Rice Transplanter मेशिन तथा सोसँग सम्बन्धित Accessories को उत्पादक कम्पनी वा नेपालको लागि सोको आधिकारिक विक्रेताहरूबीच मात्र प्रतिस्पर्धा गराउन क्याटलग सपिङ विधिबाट Rice Transplanter मेशिन तथा सोसँग सम्बन्धित Accessories खरीद गर्नका लागि सार्वजनिक खरीद नियमावली, २०६४ (दशौं संशोधन २०७७)को नियम ३१ (ख)को उपनियम २ अनुसार यस एकाइमा सूचनामा उल्लेख भए अनुसारका कागजातहरू संलग्न राखी तपसिलमा उल्लेख भए बमोजिमको सिलबन्दी प्रस्ताव यो सूचना प्रकाशन भएको मितिले ७औं दिन अर्थात् २०७९/०३/१६ गते १४:०० बजेभित्र यस एकाइमा स्वयम् वा प्रतिनिधिमार्फत दर्ता गराउनुहुन सम्बन्धित सबैको जानकारीको लागि यो सूचना प्रकाशित गरिएको छ। दर्ता भएका सिलबन्दी प्रस्तावहरू सोही दिन १६:०० बजे खोलिनेछ। थप अन्य जानकारीको लागि सम्पर्क नं. ९८५५०३६४१२/९८५५०३८९५४/९८५५०३६४१५ मा सम्पर्क राख्नुहोला।

**दररेट पेश गर्दा अनिवार्य पेश गर्नुपर्ने कागजातहरूः**

१. दररेट पेश गरिएको भनी रु १० को टिकट टाँस गरी पेश गरिएको निवेदन।
२. फर्म दर्ता प्रमाणपत्र, PAN/VAT दर्ता प्रमाणपत्र र आव २०७७/७८ को करचुक्ता गरेको प्रमाणपत्रको प्रतिलिपि।
३. सम्बन्धित निकायबाट नेपालमा Rice Transplanter को कारोबार गर्नका लागि प्रदान गरिएको इजाजतपत्रको प्रतिलिपि।
४. कालोसूचीमा नरहेको स्वघोषणापत्र।
५. समान प्रकृतिको काम गरेको भएमा सोसम्बन्धी प्रमाणहरूको प्रतिलिपि।
६. Rice Transplanter मेशिनको Specification, गुणस्तर तथा कम्पनीको आधिकारिक मूल्य खुल्ने कागजात (ब्रोसर/क्याटलग)

**तपसिलः**

| SN | Vehicle | Required Specification | Required Quantity | Remarks |
|---|---|---|---|---|
| 1 | Rice Transplanter | Technical Specification यस एकाइको website https://parsa.pmamp.gov.np बाट download गर्न सकिनेछ। | Few | |

१. यस सूचनामा उल्लेख भए बमोजिम अनिवार्य पेश गर्नुपर्ने कागजात संलग्न नभएमा वा दररेटसम्बन्धी विवरण अपूर्ण भएमा वा रीत नपुगेको वा म्याद नाघी प्राप्त भएको दररेट प्रस्तावहरू मूल्याङ्कन प्रक्रियामा समावेश गरिनेछैन।
२. सिलबन्दी दररेट पेश गर्दा खाममा सम्बन्धित आपूर्तिकर्ताको नाम र ठेगाना, email ID तथा सम्पर्क नम्बर अनिवार्यरूपमा उल्लेख भएको हुनुपर्नेछ। दररेट स्वीकार गर्ने नगर्ने सम्पूर्ण अधिकार यस एकाइमा सुरक्षित रहनेछ।
३. यस सूचनामा उल्लेख गर्न छुट भएका अन्य शर्त/बेहोराहरू सार्वजनिक खरीद ऐन २०६३, सार्वजनिक खरीद नियमावली २०६४ र अन्य प्रचलित कानून अनुसार हुनेछ।

**वरिष्ठ कृषि अधिकृत**

जि.प्र.का. पर्सा द.नं. १२/२०५३/०५४ **प्रतीक** जि. हु. का. पर्सा द. नं. १८२/२०७८/७९

# ठोरी गाउँपालिकाको नीति तथा कार्यक्रम प्रस्तुत

प्रस, ठोरी, १० असार/

ठोरी गाउँपालिकाको सातौं गाउँसभा शुक्रवारदेखि शुरू भएको छ । सभामा पालिका अध्यक्ष लालबहादुर श्रेष्ठले आर्थिक वर्ष २०७९/८० का लागि नीति तथा कार्यक्रम प्रस्तुत गरे ।

ठोरी पालिकाको प्रस्तुत नीति तथा कार्यक्रममा कृषि र पर्यटनलाई मुख्य प्राथमिकता दिइएको छ । कृषिमा एक टोल एक उत्पादन, नश्ल सुधार, कृषि बीमा, चिस्यान केन्द्र स्थापना, एक टोल एक कृषि प्राविधिकलगायतका योजना अगाडि सारिएका छन् ।

पर्यटन विकासका लागि भाषा, लोकसंस्कृतिको संरक्षण गर्दै धार्मिक, ऐतिहासिक, प्राकृतिक सम्पदाहरूको खोज, अनुसन्धान र संरक्षण गरिने भएको छ। केबुलकार, झोलुङ्गेपुल र ठोरी–२ इच्छानगरदेखि शिकारीवास हुँदै पथलैया आधाभारसम्म हात्ती सफारीको अवधारणा अगाडि सारिएको छ ।

स्थानीयस्तरमा कार्यरत सरकारी कर्मचारी एवं सार्वजनिक पद धारण गरेका व्यक्तिका छोराछोरीलाई सामुदायिक विद्यालयमा नै अध्यापन गराउनुपर्ने व्यवस्था लागू गरिने नीति तथा कार्यक्रममा उल्लेख छ ।

जिल्ला समन्वय समिति पर्साकी सदस्य सुशीला विक मुख्य अतिथि र समन्वय समितिका पूर्वउपप्रमुख तथा नेकपा एमालेका केन्द्रीय सल्लाहकार परिषद्का सदस्य ठाकुरप्रसाद न्यौपाने विशेष अतिथि रहेको कार्यक्रममा नेपाली काङ्ग्रेस मधेस प्रदेशका महामन्त्री बृहस्पतिकृष्ण श्रेष्ठ, एमाले ठोरीका अध्यक्ष खगेन्द्र श्रेष्ठ, माओवादी केन्द्र ठोरीका इन्चार्ज हरि सुनार, शिक्षक महासङ्घ ठोरीका अध्यक्ष अमृत श्रेष्ठ, नेवा खलःका रामबहादुर श्रेष्ठ, पूर्व गाविस अध्यक्षहरू जरी लामा, उद्धव सापकोटा, नागरिक अगुवा लेखमान थापा, जसपाका नेता तथा निवर्तमान वडाध्यक्ष रामप्रकाश कुँवरलगायतले शुभकामना मन्तव्य व्यक्त गरेका थिए ।

गाउँपालिका कार्यालय परिसर घ्याङडाँडामा आयोजित सभाको उद्घाटन समारोहमा पालिका उपाध्यक्ष गोकुली रेग्मीले स्वागत र शिक्षा संयोजक भुपालकुमार जोशीले सहजीकरण गरेका थिए ।

# पर्सागढी नगरपालिकाको नगरसभा सम्पन्न

बलिराम शुक्ला, बिरुवागुठी, १० असार /

'सुशासन, समृद्धि र विकास पर्सागढीको आधार : जनमुखी, पारदर्शी र जनउत्तरदायी स्थानीय सरकार' मूल नाराका साथ शुक्रवार पर्सागढी नगरपालिकाको सातौं नगरसभा सम्पन्न भएको छ ।

तस्वीरः प्रतीक

पर्सागढी नगरपालिकाका नगरप्रमुख गोकर्ण पाठकको अध्यक्षतामा भएको नगरसभामा उपप्रमुख पूजा चौधरीले आर्थिक वर्ष २०७९/८० को नीति तथा कार्यक्रम र बजेट प्रस्तुत गरेकी थिइन्। उनले ५८ करोड ८१ लाख ५९ हजारको बजेट प्रस्तुत गरिन् ।

आर्थिक वर्ष २०७९/८० को लागि सङ्घीय सरकारको वित्तीय समानीकरण अनुदान १३ करोड ६२ लाख, राजस्व बाँडफाँड १० करोड ७३ लाख ६९ हजार, सशर्त अनुदान १७ करोड ८५ लाख, प्रदेश सरकारको वित्तीय समानीकरण अनुदान ९८ लाख, सशर्त अनुदान ८० लाख, विशेष अनुदान ३० लाख, समपूरक अनुदान २० लाख, सवारीसाधन कर बाँडफाँड ५० लाख, गत वर्षको मौज्दात अनुमान १० करोड, आन्तरिक आय एक करोड ३२ लाख ५० हजार, जिसस अनुदान एक करोड गरी अनुमानित कुल बजेट प्रस्तुत गरेकी थिइन् ।

नीति तथा कार्यक्रम र बजेटमा शिक्षा, स्वास्थ्य, खेलकूद, सूचना, भौतिक पूर्वाधार, भूमि तथा भवन व्यवस्थापन नियमन नीति, वन, वातावरण तथा विपद् व्यवस्थापनलाई विशेष जोड दिइएको छ।

कार्यक्रममा कार्यपालिका सदस्यलगायत राजनीतिक दलका प्रतिनिधिहरूको सहभागिता थियो ।

कार्यक्रम चल्दै गर्दा केही कार्यपालिका सदस्यहरूले एकलौटी ढङ्गबाट नीति तथा कार्यक्रम ल्याएको भन्दै विरोधस्वरूप नाराबाजी गरेका थिए ।

# लागूऔषध, साइबर क्राइमबारे सचेतनामूलक कार्यक्रम

प्रस, वीरगंज, १० असार/

सामुदायिक सेवा केन्द्र, मुर्ली–श्रीपुरले लागूऔषध दुरुपयोग तथा ओसारपोसारविरुद्ध अन्तर्राष्ट्रिय दिवसको अवसरमा अन्तर्क्रिया गरेको छ ।

तस्वीरः प्रतीक

शुक्रवार दिउँसो त्रिमूर्ति टोलस्थित सामुदायिक सेवा केन्द्रको कार्यालयमा भएको कार्यक्रममा बार एशोसिएशन पर्साका ओमप्रकाश गुप्ता, पुरुषोत्तम दुबे, राधा शर्मा, निर्मला ताम्राकार, सामुदायिक सेवा केन्द्रका सचिव दीलिप प्रधान, प्रहरी सहायक निरीक्षक तनुजा श्रेष्ठलगायतले मन्तव्य राख्दै लागूऔषधबाट समाजमा पर्ने असर, नियन्त्रण र त्यसका उपायबारे जानकारी गराएका थिए ।

कार्यक्रममा प्रहरी वरिष्ठ हवल्दार शैलेन्द्रकुमार यादव, प्रमिला शाही, ऐनुल हक देवान, प्रदीपकुमार साह, सपना श्रेष्ठ, नीलमदेवी दत्त, मनीष सिंहलगायतको सहभागिता थियो । कार्यक्रम सामुदायिकको रेखा घिमिरेको अध्यक्षतामा भएको थियो ।

यसैगरी, समुदाय–प्रहरी साझेदारी अन्तर्गत लागूऔषध र अपराध नियन्त्रण तथा सामाजिक सञ्जाल र साइबर क्राइम नियन्त्रणबारे सचेतना कार्यक्रम अल्पाइन सेकेन्डी स्कूलमा सम्पन्न भएको थियो ।

हन्ड्रेड ग्रुप, पर्सा र वडा प्रहरी कार्यालय, बिर्ताको साझेदारीमा भएको कार्यक्रममा सहभागी कक्षा आठका विद्यार्थीहरूलाई विभिन्न आपराधिक क्रियाकलापबाट हुने बेफाइदा तथा कानूनी कारबाईबारे प्रशिक्षण दिइएको थियो ।

प्रशिक्षणको क्रममा प्रहरी निरीक्षक विशाल मल्लले उदाहरण दिंदै भने, कुलतमा फसेको मेरो एकजना साथी जेलजीवन बिताइरहेको छ । तर म आफ्नो लक्ष्यप्रति केन्द्रित रहेकोले आज प्रहरी निरीक्षक भएर देशको सेवा गरिरहेको छु । कलिलो उमेरमा बाटो बिराउने सम्भावना बढी हुने भएकोले सचेत हुनु आवश्यक छ ।"

त्यसैगरी, हन्ड्रेड ग्रुपका संयोजक विशेष साहले सामाजिक सञ्जालका फाइदा र बेफाइदाबारे प्रशिक्षण दिंदै भने, "मनोरञ्जनको नाममा सामाजिक सञ्जाल तथा इन्टरनेटमा उपलब्ध खेल आदिमा समयको दुरुपयोग गर्नुभन्दा बालबालिकाहरूले अध्ययनमा ध्यान केन्द्रित गर्नुपर्छ ।"

कार्यक्रममा हन्ड्रेड ग्रुपका सञ्चालन प्रमुख आयुष वर्णवाल, आकाश गुप्ता, विकाश गुप्ता, सहसंयोजक विक्की सर्राफ, कोषाध्यक्ष मधुरञ्जन साह, सचिव राहुल पटेल, सहसचिव सुशील पटेललगायतको सहभागिता थियो ।

# आदर्श कोतवालको बजेट ३९ करोड ७७ लाख

रामेश्वर मेहता, सिम्रौनगढ, १० असार/

आदर्श कोतवाल गाउँपालिकाले आव २०७९/८० को लागि ३९ करोड ७७ लाखको बजेट प्रस्तुत गरेको छ ।

तस्वीरः प्रतीक

गापा अध्यक्ष जवाहरप्रसाद साहले नीति तथ कार्यक्रम र बजेट प्रस्तुत गर्दै चालूतर्फ २१ करोड ९१ लाख ४३ हजार, पूँजीगततर्फ १६ करोड ८५ लाख ५८ हजार रहेको बताए। उनले समानीकरण अनुदान ११ करोड ३४ लाख, राजस्व बाँडफाँड आठ करोड ३३ लाख ४३ हजार, सशर्त अनुदान १५ करोड ४० लाख, विशेष अनुदान ७० लाख, समपूरक अनुदान ७० लाख रहेको बताए ।

यसैगरी, मधेस प्रदेश सरकारतर्फबाट समानीकरण अनुदान ७९ लाख ५८ लाख, विशेष अनुदान ३० लाख, समपूरक अनुदान २० लाख, आन्तरिक स्रोत दुई करोड गरी कुल ३९ करोड ७७ लाख एक हजारको बजेट प्रस्तुत गरेका थिए।

कार्यक्रममा नेपाली काङ्ग्रेस मधेस प्रदेशका उपसभापति चन्द्रशेखर यादवले गलत कुरालाई परित्याग गरी सही र राम्रो कुरालाई आत्मसात् गरे विकास हुने बताए। उनले कृषकहरूलाई मलको व्यवस्था यथाशीघ्र गर्नुपर्ने, नागरिकता समस्या समाधन गर्न सरकार अग्रसर हुनुपर्ने बताए । उनले यस क्षेत्रको अस्पतालको स्तरोन्नति गर्न सरकारसँग पहल गर्ने बताए ।

कार्यक्रममा प्रअ दिनेशप्रसाद साह, समाजसेवी बृजेशकुमार सिंह, राकेशकुमार कुशवाहा, रामराजा क्याम्पस, कलैयाका प्रमुख मणिभूषण कुशवाहा, गुड्डु यादवलगायतले मन्तव्य राखेका थिए ।

गापा अध्यक्ष साहको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा स्वागत प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत प्रमोदकुमार साह, सञ्चालन प्रशासन शाखाका सुनील विक्रम थापाले गरेका थिए ।

# जीराभवानीमा सार्वजनिक सुनवाइ कार्यक्रम

प्रस, सेढवा, १० असार/

जीराभवानी गाउँपालिकामा बिहीवार सार्वजनिक सुनवाइ कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ ।

तस्वीरः प्रतीक

तराई सशक्तीकरण तथा जनचेतना अभियान नेपालको आयोजना र गापाको आर्थिक सहयोगमा भएको कार्यक्रममा सर्वसाधारणहरूले पालिकाबाट हुने सेवाप्रवाह निकै खस्किएको गुनासो गरेका थिए ।

सर्वसाधारणले गाउँपालिकाका अधिकांश प्रशासनिक कार्य सदरमुकाम वीरगंजमा केन्द्रित भएको बताए । पालिकामा कर्मचारीहरूले मनपरी गर्ने गरेको, खेतीपातीका लागि मल अभावबारे निर्वाचित जनप्रतिनिधिहरूलाई जानकारी गराएको बताएका थिए ।

गापा अध्यक्ष अनोज चौधरीले आगामी आवको नीति तथा कार्यक्रममा सर्वसाधारणका गुनासा समेटिने बताए। उनले सम्पूर्ण प्रशासनिक कार्य पालिकामा हुने र सेवाप्रवाहका लागि कर्मचारीहरू कार्यालय समयमा उपस्थित हुने बताए।

आयोजक संस्थाका उपाध्यक्ष अनिलकुमार साहको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा वडाध्यक्ष दारासिंह राउत, कार्यपालिका सदस्य सरोज चौरसिया लगायतले मन्तव्य राखेका थिए।

# सिम्रौनगढको नीति तथा कार्यक्रम सम्पन्न

प्रस, सिम्रौनगढ, १० असार/

सिम्रौनगढ नगरपालिकाको छैटौं नगरसभा एवं आव २०७९/८० को नीति तथा कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ ।

तस्वीरः प्रतीक

नीति तथा कार्यक्रम प्रस्तुत गर्दै उपप्रमुख नजमु शेहर । तस्वीरः प्रतीक

नगरप्रमुख किशोरीप्रसाद कलवारको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा उपप्रमुख नजमु शेहरले आव २०७९/८० को लागि कुल अनुमानित बजेट ५८ करोड ८५ लाख ९८ हजारको प्रस्तुत गरेकी थिइन्। उनले वित्तीय समानीकरण अनुदान १५ करोड ५२ लाख, राजस्व बाँडफाँड १० करोड ८३ लाख ६८ हजार, आन्तरिक स्रोत तीन करोड ६४ लाख ३० हजार र सशर्ततर्फ २८ करोड ८६ लाख रहेको बताइन् । बजेटले कृषि, पर्यटन, शिक्षा र स्वास्थ्यमा जोड दिएको उनले जानकारी गराइन्।

कार्यक्रममा प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत हरिओमप्रसाद जयसवालले स्वागत र सञ्चालन योजना अधिकृत जीतेन्द्र यादवले गरेका थिए ।

कार्यक्रममा वडाध्यक्ष नन्दकिशोर जयसवाल, विवेक मेहता र रामदिनेशप्रसाद यादवले मन्तव्य राखेका थिए ।

## पटेर्वासुगौली........

आयआर्जनमूलक तालीमलगायत बजेटमा प्राथमिकता दिइएको उपाध्यक्ष महतोले जानकारी गराइन् ।

गापा अध्यक्ष दिनेशकुमार चौधरीको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा स्वागत प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत सन्देशकुमार यादव र सहजीकरण शिक्षा शाखा प्रमुख शम्भु साहले गरेका थिए ।

कार्यक्रममा पाँचवटै वडाका अध्यक्ष, वडासदस्य लगायतको सहभागिता थियो।

# सामुदायिक भवनको शिलान्यास

प्रस, पोखरिया, १० असार/

पोखरिया नगरपालिका–३ फूलवरियामा सामुदायिक भवनको शिलान्यास गरिएको छ । नगरप्रमुख प्रद्युम्न चौहान र वडाध्यक्ष रामप्रवेश चौहानले संयुक्तरूपमा भवनको शिलान्यास गरेका थिए। नगरप्रमुख चौहानले समयमैं र गुणस्तरीय काम गर्न निर्माण कम्पनीलाई निर्देशन दिए।

तस्वीरः प्रतीक

पोखरिया नगरपालिकाको सशर्त अनुदान रु २४ लाखको लागतमा दुई कोठे भवनको निर्माण सोनाली निर्माण सेवाले गरिरहेको छ ।

कार्यक्रममा नेकपा एमाले नगर अध्यक्ष विन्ध्याचल ठाकुर, नेरेसो पोखरियाका सभापति भगवान कुर्मी, मनोज कुर्मी, श्यामसुन्दर चौहानलगायतको सहभागिता थियो ।

## सर्पदंश (सर्पको टोकाइ)बाट बच्न...

- घरवरिपरि सर्प लुक्न सक्ने सम्भावित स्थानको खोजी गरी त्यस्ता ठाउँहरूको व्यवस्थापन गरौं,
- घरवरिपरि सफा राखौं, प्वालहरू टालौं,
- खुला स्थानमा शौच नगरौं,
- खाली खुट्टा नहिंडौं, जुत्ता वा गमबुट लगाऔं,
- लट्ठी लिएर हिंडौं,
- सम्भव भएसम्म खाटमा सुतौं,
- सुत्दा झूलको अनिवार्य प्रयोग गरौं,
- सुत्नेबेलामा ओछ्यान राम्ररी हेरौं,
- राति हिंड्दा टर्चको प्रयोग गरौं,
- पराल, दाउरा आदि निकाल्दा होशियारी अपनाऔं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

## आजको कार्यक्रम

| सि.नं. | आयोजक | कार्यक्रम | स्थान | समय |
|---|---|---|---|---|