सामाजिक सञ्जाल प्रयोगमा सचेतता अपनाऔं

- सामाजिक सञ्जालमा अपरिचित व्यक्तिको साथी बन्ने अनुरोधलाई विश्वस्त भएर मात्र प्रतिक्रिया जनाऔं।
- अपरिचित व्यक्तिलाई जथाभावी साथी बन्न अनुरोध नपठाऔं।
- सामाजिक सञ्जाल तथा अन्य विद्युतीय माध्यमबाट चिठ्ठा पुरस्कार जस्ता आर्थिक प्रलोभनका प्रस्तावको भ्रममा नपरौं।
- आफूले प्रवाह गरेका सन्देश वा सूचनाबाट समाजमा पर्नसक्ने नकारात्मक प्रभावको ख्याल गरौं।
- आफ्नो सन्देशले कुनै व्यक्ति वा अन्य कुनै समुदायको आत्मसम्मानमा चोट नपुऱ्याऔं।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

PRATEEK DAILY

प्रतीक दैनिक

राष्ट्रिय 'क' वर्ग

epprateekdaily.com

निशुल्क प्रतीक दैनिक पढ्न चाहनुहुन्छ भने लग अन गर्नुहोस् ।
epprateekdaily.com

❖ वर्ष ३६ ❖ २०७९ माघ ०८ गते आइतवार // मृत भस्म नबन्दैमा भिल्को भैकन बल्नुछ // 2023 January 22 Sunday ❖ मूल्य ५/- ❖ पृष्ठ सङ्ख्या ४ ❖ अङ्क १४५

भारतमा खाद्यान्न महँगो भएपछि नेपालमा पनि असर

प्रस, वीरगंज, ७ माघ/

वीरगंजमा खाद्यान्नको मूल्य बढेको छ । एक सातादेखि खाद्यान्नको मूल्य निरन्तर बढिरहेको व्यवसायीहरूले बताएका छन् ।

एकजना व्यवसायीले बासमती चामल २० किलो तौलको दुई हजार ९५० मा पाइँदै आएकोमा अहिले तीन हजार २५० पुगेको बताए । यसैगरी, कतर्नी २६ किलोको एक हजार ८५० मा पाउने गरेकोमा अहिले रु दुई हजार पुगेको छ। पाँच किलो पीठो रु ३५० पाउने गरेकोमा अहिले रु ३९० पुगेको छ। मैदा प्रतिकिलो रु ६० बाट ८० पुगेको छ भने चिउरा रु ५० प्रतिकिलोबाट ६५ र भुजा प्रतिकिलो रु ८० बाट ११० पुगेको छ । जीराको दाम भने झनै आकाशिएको छ। रु ४८० प्रतिकिलोमा पाउने जीरा अहिले रु ७८० पुगेको छ ।

नेपाल चामल तेल दाल उद्योग सङ्घका अध्यक्षसमेत रहेका वीरगंज उद्योग वाणिज्य सङ्घका अध्यक्ष सुबोध गुप्ताले अन्तर्राष्ट्रियस्तरमैं खाद्यान्नको मूल्य बढिरहेको बताए। उनले माग बढी भएको र उत्पादन कम भएकाले खाद्यान्नको मूल्यवृद्धि भएको बताए । नेपालमा मूल्यवृद्धिको कारण भने भारत हो। भारतबाट अधिकांश खाद्यान्न आयात हुने र त्यहाँको बजारमा खाद्यान्न महँगो भएको कारण त्यसको असर नेपालमा परेको अध्यक्ष गुप्ताले बताए ।

अहिले भारत सरकारले लङ रेन्जको चामल (बासमती)को आयातमा डच्युटी लगाएको छैन तर कतर्नीमा भने २० प्रतिशत डच्युटी लगाएकोले अहिले भारतबाट भन्सार भएर चामलको आयात बन्द छ। भारत सरकारले धानमा भने छ लाख मेट्रिकटनसम्म आयात गर्दा डच्युटी लगाएको छैन । त्यसभन्दा बढी आयात गर्दा धानमा पनि २० प्रतिशत डच्युटी लगाएको छ । भारत सरकारले

वीरगंज-४ छपकैया मालपोतस्थित एउटा किराना पसल । तस्वीरः प्रतीक

चामलमा २० प्रतिशत भन्सार शुल्क लगाएको कारण अहिले चामल आयात बन्द भएको हो ।

आयात बन्द भएको भारतीय चामल वीरगंजको बजारमा भण्डारण भएकाले अहिले सशस्त्र र नेपाल प्रहरीले गोदाममा छापामारी गर्दै बरामद गरिरहेका छन्। भन्सार तथ्याङ्क अनुसार गत वर्ष साढे पाँच लाख मेट्रिकटन चामल आयात भएको थियो भने पाँच लाख मेटन धान आयात भएको छ ।

पर्सा र बारामा २५० वटा चामल उद्योग छन्। यसमा २५ वटा ठूला उद्योग र बाँकी ससाना उद्योगहरू हुन् । नेपाली धानबाट उद्योग सञ्चालन हुन नसक्दा भारतबाट धानको आयात हुँदै आएको छ।

आफ्नै देशमा पनि नेपाली मुद्राको भाउ बढ्यो

प्रस, सेढवा, ७ माघ/

नेपाल-भारतको सीमावर्ती बजारहरूमा नेपाली मुद्राको अभाव भएपछि नेपाली मुद्राको भाउ बढेको छ।

भारतीय रुपियाँको तुलनामा नेरुको मूल्य बढेका हुँदा सीमावर्ती नेपाली बजारमा भारतीय रुपियाँ लिन व्यापारीहरूले लिन मानेका छैनन् ।

जिल्लाको भिस्वा, जानकीटोला, बलुवा, सेढवा, सुवर्णपुरका व्यापारीहरूले भारतीय नोट लिन मानेका छैनन्। यसका साथै लघुवित्त, पेट्रोल पम्प, सहकारी संस्थाहरूले पनि भारतीय रुपियाँ लिन बन्द गरेका छन् । नेपाल र भारतको मुद्राको विनिमय दर १०० भारु बराबर १६० नेरु छ ।

एक दशक अघिदेखि भारतीय बजारका व्यापारीहरूले १०० भारु बराबर एक सय सत्तरी नेपाली रुपियाँसम्म लिने गरेका थिए । सो बखत सयकडा दश रुपियाँ सम्म बट्टा लिने गरिन्थ्यो ।

तर अहिले नेपाली व्यापारीहरूले उपभोक्ताबाट भारतीय रुपियाँ लिएपनि १०० भारुको १५५ रुपियाँ नेरूका दरमा लिइरहेको जगरनाथपुर गाउँपालिका-४ का अजित साहले बताए । आफूसँग भारतीय रुपियाँ बढी भएको बेला भारतीय बजार इनरवामा नेपाली रुपियाँ साट्न जाँदा १०० भारुको १५५ रुपियाँ

मात्र पाउने गरेकोले सोही दरमा खरीद गरेको बताए ।

जीराभवानी गाउँपालिका-१ बलुवाका व्यापारी नेसार समानीले अहिले सीमावर्ती क्षेत्रमा भारतीय रुपियाँ बढी भएकोले नेपाली रुपियाँ खोज्न कठिन भएको बताए। यस क्षेत्रमा नेपाली नोटको अभावका कारण भारतीय बजारमा पनि सरकारले तोकेको दरमा खरीद-बिक्री हुने गरेको व्यापारी समानीले बताए ।

अहिले सिक्टा, मैनाटाड, इनरवा, भङ्गाहालगायत भारतीय बजारका जुनसुकै पसलमा विनाबट्टा अर्थात् १०० भारु बराबर १६० रुपियाँ नेपालीका दरमा लिने गरेको उनले बताए ।

जीराभवानी गापा-२ सेढवाका उपभोक्ता प्रदिप चौधरीले भारतीय बजार भङ्गाहामा सामान खरीद गर्दा १००० नेपाली रुपियाँको६३५ रुपियाँ भारुका दरमा व्यापारीले फिर्ता गरेको बताए । जबकि १००० नेरुको ६२५ भारु हुने गर्छ ।

भारतीय बजारमा नेपाली रुपियाँको मूल्य बढी भएपछि सरसामान खरीद गर्न सहज भएको उपभोक्ताहरूले बताएका छन् ।

एक महिलासहित ३४ जनाद्वारा रक्तदान

प्रस, वीरगंज, ७ माघ/

वीरगंज महानगरपालिका-१ बजार छपकैयास्थित शिवशक्ति युवा क्लबको आयोजनामा शनिवार आयोजित रक्तदान कार्यक्रममा एकजना महिलासहित ३४ जनाले रक्तदान गरेको रक्त सञ्चार केन्द्र वीरगंजका प्राविधिक धीरेन्द्र झाले बताए ।

रक्तदान कार्यक्रमको वडाध्यक्ष मनोजराउत कुर्मीले उद्घाटन गरेका थिए। उनले १८ वर्ष माथिका र ६० वर्ष मुनिका सबै स्वस्थ मानिसले रक्तदान गर्न सक्ने बताए । शरीरको रगत खेर जान नदिन प्रत्येक तीन महीनामा रक्तदान गर्न सकिने उनले बताए । रक्तदानकै

कारण धेरै मानिसको ज्यान जोगिंदै आएको उनले बताए ।

शिवशक्ति युवा क्लबका अध्यक्ष भोला साह तरलको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा शारदादेवी, हरेकृष्णसाह तेली, सन्तोष गुप्ता, पप्पु सोनार, गुलाब अन्सारी, कृष्णसाह तुराहा, महेश साहलगायतले रक्तदान गरेका थिए ।

सीमा क्षेत्रका नागरिक भन्छन् -सशस्त्रले दुःख दियो

सशस्त्रका प्रवक्ता भन्छन् -दुःख दिएका छैनौं

प्रस, वीरगंज, ७ माघ/

वीरगंज महानगरपालिका-१ बजार छपकैयामा सशस्त्र प्रहरी बल प्रधान कार्यालयको टोलीले शुक्रवार स्थानीयसँग भेटघाट छलफल गरेको छ ।

सशस्त्रको टोलीले सीमा क्षेत्रमा बसोवास गर्ने जनतासँग समस्या बुझेका थिए । सशस्त्र प्रहरी बल प्रधान सशस्त्र प्रहरी उपरीक्षक राजकुमार खनाल नेतृत्वको टोलीले जनताको समस्याबारे सुझाव सङ्कलन गरेको थियो ।

सो अवसरमा स्थानीयले सीमापारीबाट घरायसी प्रयोजनका लागि ल्याइने सामानहरूमा पनि दुःख दिने गरेको गुनासो पोखे । उनीहरूले खेतीका लागि ल्याउने एक बोरा मल पनि समात्ने गरेको बताए । यसैगरी वैवाहिक कार्यक्रमका लागि ल्याइने समानहरूमा पनि सशस्त्रको रोकावट हुने गरेको उनीहरूको आरोप थियो ।

दुई देशबीच वैवाहिक कार्यक्रमहरू हुँदै आएको तर सो प्रयोजनका लागि खरीद गरेर ल्याइने समान पनि सशस्त्रले रोकेर दुःख दिने गरेको उनीहरूले बताए। सशस्त्र प्रहरीले घरायसी सामान ल्याउँदा

समेत दुःख दिने गरेको बताए ।

सीमाका बासिन्दाले सीमामा रहेको ३९१ जङ्गी पिलर र ३९२ को सहायक पिलर हराइरहेको जानकारी गराएका थिए । स्थानीयले सोही वडाको भकुवा मन्दिर अगाडिको तीन फिटको लच्का काठेपुल सशस्त्र प्रहरीले तोडी दिएको आरोप लगाए ।

सशस्त्र प्रहरी बल १३ नम्बर गणका प्रवक्ता निमित्त सशस्त्र प्रहरी उपरीक्षक सन्तोष बस्नेतले सीमा नाकाका मानिसलाई सशस्त्र प्रहरीले खासै दुःख नदिएको बताए । उनले केही व्यक्तिले घरायसी सामान भनी कमाइ खाने भाँडो बनाएको र सशस्त्रको अनाहकमा बदनामी गर्ने कार्य भएको बताए । उनले विशुद्ध घरायसी प्रयोजनका सामानहरू नरोकिएको तर सानो परिणाममा सामान ल्याएर सीमामा भण्डार गर्नेहरूलाई भने रोक्ने कार्य भएको बताए ।

कार्यक्रममा वडाध्यक्ष बैजु स्वर्णकार, स्थानीय मनोज गुप्ता, कौशलकिशोरलाल दास, शैलकिशोरलाल दास, सशस्त्र प्रहरी बल प्रधान कार्यालयका सप्रउ लेखनाथ खनाल, इन्जिनीयर सञ्जयकुमार मण्डल, बिओपि सिर्सियाका तेज पोखरेल, विओपि भन्सारका रवीन्द्र भट्टलगायतको सहभागिता थियो ।

लायन्सको कैबिनेट बैठक वीरगंजमा सम्पन्न

प्रस, वीरगंज, ७ माघ/

लायन्स क्लब इन्टरनेशनल डिस्ट्रिक्ट

३२५ एसको तेस्रो क्याबिनेट मिटिङ वीरगंजमा सम्पन्न भएको छ ।

वीरगंजमा भएको तेस्रो क्याबिनेट मिटिङ तथा सम्मान कार्यक्रममा डिस्ट्रिक्ट ३२५ एसका गर्भनर लायन अमरबहादुर श्रेष्ठले देशका विभिन्न स्थानमा लायन्सका लिडर तथा अन्य विभिन्न क्लबहरूको गतिविधिको चर्चा गरेका थिए ।

गर्भनर श्रेष्ठले आफ्नो कार्यकालमा प्रत्यक्ष तथा अप्रत्यक्षरूपमा लायन्सको अभियानमा सहयोग गर्ने एवं निस्स्वार्थ रूपमा सेवा गर्नेहरूलाई पुरस्कृत गर्दै सधैं लायन्सको अभियानमा लागिरहने बताए।

कार्यक्रममा प्रमुख अतिथि लायन्स क्लब इन्टरनेशनलका आइडी इन्डोर्सी बालकृष्ण बुर्लाकोटीले डिस्ट्रिक्ट गभर्नर श्रेष्ठको सफल नेतृत्वले नेपालका सबै लायन्सलाई गौरव महसूस भएको बताउँदै सर्भिस, फेलोशिप र लिडरशिपमा धेरै कार्य सम्पादन गर्न सफल डिस्ट्रिक्ट ३२५ एसले उत्साहका साथ काम गरिरहेकामा गभर्नरको प्रशंसा पनि गरे ।

कार्यक्रममा लायन्स क्लब इन्टरनेशनल डिस्ट्रिक्ट ३२५ एस अन्तर्गत रहेका क्लबहरूले गरेका कामको उत्कृष्टताका आधारमा क्लबका पदाधिकारी एवं उत्कृष्ट क्याबिनेट अफिसरहरूलाई सम्मान गरिएको थियो।

कार्यक्रममा लायन्स क्लब इन्टरनेशनलका पूर्व चेयरपर्सन रमेश अग्रवाल, पूर्व गभर्नरद्वय डा. आरपी खेतान, शम्भु नकर्मी, प्रथम भाइस डिस्ट्रिक्ट गभर्नर डिएन अग्रवाल, द्वितीय भाइस डिस्ट्रिक्ट गभर्नर तासी डोल्मा तुङबाहाम्फेलगायतले मन्तव्य व्यक्त गरेका थिए ।

कार्यक्रमको सहजीकरण डिस्ट्रिक्ट क्याबिनेट सेक्रेटरी बालकुमार पाण्डेले गरेका थिए ।

विचारसार र सूक्तिहरू

जसले आफ्नो ज्ञानबाट अज्ञानको नाश गरेको छ, उसको ज्ञान सूर्यसमान चम्किन्छ र परम तत्त्वलाई प्रकाशित गर्छ। ज्ञान प्राप्त भएपछि तुरुन्तै परमशान्ति प्राप्त 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	: आरके पटेल
बारा विशेष प्रतिनिधि	: गम्भीरा सहनी

मुद्रक: प्रतीक प्रकाशन समूह प्रा. लि. (अफसेट छापाखाना)

त्रिमूर्ति सिनेमा हल रोड, श्रीपुर, वीरगंज-११ (नेपाल), पोस्ट बक्स नं. ७९, फोन नं. ०५१-५२५१२२, ५२३१०५

email: prateekdaily@gmail.com, prateekdainik@yahoo.com

Website: www.prateekdaily.com

तृष्णा नै दु:खको कारण

चन्द्रवंशमा नहुष नामक एकजना चक्रवर्ती सम्राट् थिए । उनको यति, ययाति, आयाति, वियाति र कृति नामक छ महाबलविक्रमशाली पुत्र थिए। यतिले राज्यको इच्छा गरेनन्, यसैले ययाति नै राजा बने। ययातिले शुक्राचार्यकी छोरी देवयानी र वृषपर्वाको छोरी शर्मिष्ठासँग विवाह गरेका थिए। देवयानीले यदु र तुर्वसुलाई जन्म दिए तथा वृषपर्वाकी छोरी शर्मिष्ठाले द्रुह्यु, अनु र पूरूलाई उत्पन्न गरिन्।

ययातिले पूरूको युवावस्था लिएर समया अनुसार प्राप्त भएको यथेच्छ विषय आफ्नो उत्साह अनुसार धर्मपूर्वक भोगे र आफ्नो प्रजाको राम्ररी पालन गरे। त्यसपछि शर्मिष्ठा र देवयानीसँग विविध भोग भोग्दै–'म कामनालाई अन्त गरिदिन्छु' यस्तै सोच्दासोच्दै उनी क्षुब्धचित्त भए तथा उनले यस प्रकार आफ्नो उद्गार प्रकट गरे–

"भोगहरूको तृष्णा त्यसलाई भोगेर कहिल्यै शान्त हुँदैन, बरु घृताहुतिबाट

दुर्मतिको लागि जो अत्यन्त दुस्त्यज हुन्छ तथा वृद्धावस्थामा पनि जो शिथिल रहँदैन, बुद्धिमान पुरुष त्यस तृष्णालाई त्यागेर सुखबाट परिपूर्ण हुन्छ। अवस्था जीर्ण भएपछि केश र दाँत पनि जीर्ण हुन्छ तर जीवन र धनको आशा शरीर जीर्ण भएर पनि जीर्ण हुँदैन।

ययातिलाई शुक्राचार्यको श्रापका कारण युवावस्थामा नै बुढेसकालले घेरेको थियो। पछि शुक्राचार्य प्रसन्न भएर आज्ञा दिएपछि उनले आफ्नो वृद्धावस्था ग्रहण गर्न जेठा छोरा यदुसँग भने–"वत्स ! तिम्रो हजुरबुबाको श्रापका कारण मलाई असमयमैं वृद्धावस्थाले घेरेको छ, अब उनकै कृपाले म तिमीलाई वृद्धावस्था दिन चाहन्छु। म अहिले विषयभोगबाट तृप्त भएको छैन, त्यसैले एक सहस्त्र वर्षसम्म म तिम्रो युवावस्था लिएर विषयभोग भोग्न चाहन्छु। यस विषयमा तिमी कुनै प्रकारको नाइँनास्ति गर्नुहुँदैन।

तर पिताले यस्तो भनेपछि यदुले वृद्धावस्था ग्रहण गर्न चाहेनन्। त्यसपछि पिताले उनलाई श्राप दिए कि तेरो सन्तान राजपदको योग्य हुने छैन।

त्यसपछि राजा ययातिले तुर्वसु, दुह्यु र अनुसँग पनि आफ्नो यौवन दिएर वृद्धावस्था ग्रहण गर्न भने तर सबैले अस्वीकार गरेपछि उनले सबैलाई श्राप दिए। अन्त्यमा सबैभन्दा कान्छो छोरा शर्मिष्ठाका पुत्र पूरूसँग पनि उनले यही कुरा भने तर उसले अति नम्रता र आदरका साथ पितालाई प्रणाम गर्दै उदारतापूर्वक भने– यो त हामीमाथि तपाईंको महान् अनुग्रह हो। यस्तो भनेर पूरूले आफ्ना पिताको वृद्धावस्था ग्रहण गरेर उनलाई आफ्नो युवावस्था दिए।

अग्निसमान त्यो बढिरहन्छ। सम्पूर्ण पृथ्वीमा जति पनि धान्य, यव, सुवर्ण, पशु र स्त्री छन्, ती सबै एक मनुष्यको लागि पर्याप्त छैन, यसैले तृष्णालाई सर्वथा त्याग्नुपर्छ। जुन समय कुनै पुरुष कुनै पनि प्राणीको लागि पापमय भावना राख्दैन, त्यस समय त्यस समदर्शीको लागि सबै दिशा सुखमय हुन पुग्छ। दुर्मतिको लागि जो अत्यन्त दुस्त्यज हुन्छ तथा वृद्धावस्थामा पनि जो शिथिल रहँदैन, बुद्धिमान पुरुष त्यस तृष्णालाई त्यागेर सुखबाट परिपूर्ण हुन्छ। अवस्था जीर्ण भएपछि केश र दाँत पनि जीर्ण हुन्छ तर जीवन र धनको आशा शरीर जीर्ण भएर पनि जीर्ण हुँदैन। विषयमा आसक्त रहँदै मैले एक सहस्त्र वर्ष बिताएँ तर पनि नित्य त्यसमा मेरो कामना हुन्छ। अतः अब म यसलाई छोडेर आफ्नो चित्तलाई भगवानप्रति स्थिर गरेर निर्द्वन्द्व र निर्मम भएर वनमा विचरण गर्नेछु।"

तदनन्तर राजा ययातिले पूरूसँग आफ्नो वृद्धावस्था मागे र उसको युवावस्था फर्काइदिए। त्यसपछि उनले दक्षिण-पूर्व दिशामा तुर्वसुलाई, पश्चिममा द्रुह्युलाई, दक्षिणमा यदुलाई र उत्तरमा अनुलाई (पूरूको अधीनस्थ) माण्डलिक पदमा नियुक्त गरे तथा पूरूलाई सम्पूर्ण भूमण्डलको राज्यमा अभिषिक्त गरेर स्वयं वन गए।

यति धेरै काम गर कि तिमी सुखी छौं कि दु:खी यसतर्फ तिम्रो ध्यान नै नजाओस्। काम स्वयं नै आनन्दको स्थिति हो तर यसका लागि तिमीले आफूलाई पूर्णरूपले समाहित गर्नुपर्छ। यस जीवनमा सच्चा सुख यस्तो उद्देश्यमा छ, जसलाई तिमी स्वयं महान् सम्झन्छौं। आफ्नो व्यक्तिगत कामबाट केही समय निकालेर त्यसलाई परोपकारमा लगाउनुपर्छ। समाजको भलाईको उत्तरदायित्व पनि तिमीमाथि उत्तिकै हुन्छ जति तिमी आफ्नो शरीरप्रति कर्तव्य पालन गर्छौं। तिम्रो हित पनि सबैको हितमा सन्निहित हुनुपर्छ र त्यसलाई सबैको भलाईको साथ प्राप्त गर्नुपर्छ। कतै तिमीमा स्वार्थको भावना नआओस्। यस्तो भयो भने आफ्नो भौतिक सुखलाई पछाडि आफ्नै छायासरह टाँसी राख्छौ। तिमीले सबैको भलाई, सबैको कल्याणको लागि जन्म लिएका हौ, अतः यो आवश्यक पनि छ कि तिमी आफ्नो अस्तित्व समाजोत्थानको लागि काम गर्दागर्दै विसर्जित गरिदेऊ। रोग र स्वार्थबाट ग्रसित भएर क्षुद्र पीडा सहँदै, रुँदै संसारले तिमीलाई सुखी बनाउनेतर्फ ध्यान दिएन भन्ने सोचेर बाँच्नुभन्दा एक कर्मठ शक्ति बनेर जीउनु राम्रो हो। आफ्नो माग पेश गर्नुको सट्टा यही राम्रो हो कि तिमी शान र साहसका साथ सबैको लागि बाँच। संसारको भलाईमा जुन दिन तिमी पूर्ण व्यस्त हुन्छौं, त्यस दिन संसारले तिम्रो सम्पूर्ण सुख फर्काउने छ।

उन्नति र उपलब्धिको स्रोत –सकारात्मक सोच

शिक्षा नेपाल

अनन्तकुमार लाल दास

anantlaldas@gmail.com

महात्मा गाँधीले सकारात्मकतालाई अमर र यसको आराधना कहिल्यै निष्फल हुँदैन भनेका छन्। यस कारण नकारात्मकतालाई आफूभन्दा टाढा राख्नु र सकारात्मकतालाई गुलाम बनाउनु व्यक्तिको चरम उपलब्धि हो।

अनुभवी र दूरदर्शी मानिस छिट्टै निराश हुँदैनन्। उनीहरू सधैं दु:खसँग सङ्घर्ष गर्न तयार भई बस्छन्। उनीहरूले जहिले पनि आफ्नो सम्पर्कमा आउने दु:खी मानिसहरूलाई दु:खी हुने कारण सोधी हौसला प्रदान गर्छन्। जीवन कुनै दुर्घटना होइन। यो एक प्रकारको सङ्घर्ष हो। यस प्रकारको सङ्घर्षले हामीलाई अझ सशक्त ढङ्गले जीवन निर्वाह गर्ने प्रेरणा प्रदान गर्दछ। जुन बेला तपाई हिंड्दाहिंड्दै लड्नुभएको थियो र पुनः एक छिनमैं उभिएर हिंड्नुभएको थियो, त्यस बेला के तपाईं निराश हुनुभएको थियो ? पक्कै हुनुभएको थिएन, किनभने त्यसबेला तपाईंलाई दु:ख र सुखबारे थाहा नै थिएन।

जसरी बादलको स्वभाव धर्तीलाई पानी प्रदान गर्नु हो, सूर्यको स्वभाव गर्मी र ऊर्जा प्रदान गर्नु हो, चन्द्रमाको स्वभाव शीतलता प्रदान गर्नु हो त्यस्तै मानिसको वास्तविक स्वभाव सधैं प्रसन्न भई बस्नु हो। जुन बेला हामी निराश हुन्छौं त्यस बेला हामी आफ्नो स्वभावको विपरीत आचरण गरिराखेका हुन्छौं। त्यस बेला हामी तनावमा हुन्छौं। निराशा हाम्रो स्वभाव होइन। हामी कुनै कारणले निराश भए पनि त्यसको नराम्रो प्रभाव हामीमाथि पर्छ तर अन्त्यमा गएर हामी प्रसन्न नै हुन्छौं। यसको अर्थ के हो भने यदि मनमाथि हाम्रो नियन्त्रण छ भने निराशा हामीभित्र प्रवेश नै गर्न सक्दैन।

अब प्रश्न के उठ्दछ भने यसबाट बच्ने कसरी ? यसबारे बुझ्नका लागि मैले पहिले धेरै मानिससँग उनीहरूको अनुभव साटासाट गरें। धेरै मानिसको भनाइ के रहेको छ भने डिप्रेशन अर्थात् निराशाले मन खिन्न हुन्छ, कारणबेगर रिस उठ्छ, मनमा एक प्रकारको भय उत्पन्न हुन्छ, कहिलेकाहीं स्वभाव हिंसक हुन्छ, गहिरो निद्रा लाग्दैन, कहिले त बान्ता होलाजस्तो लाग्छ, कहिलेकाहीं एका कुनामा गएर बस्ने चाहना उत्पन्न हुन्छ भने कहिले मन बेचैन हुन्छ। यस्तो कुरा अनुभव हुनासाथ के बुझ्नुपर्छ भने निराशाले आफ्नो प्रभाव देखाउन शुरू गरिसकेको छ। यस परिवेशमा सतर्क हुनु नितान्त आवश्यक हुन्छ।

धेरै मानिसले यस्तो परिस्थितिबाट जोगिन जुन उपाय बताए त्यो पनि काम लाग्न सक्छ। उनीहरूले बताए अनुसार यस्तो अनुभव भएपछि पानी बढी खानुपर्छ, एकान्तमा बस्नुभन्दा राम्रो मानिसबीच घुलमिल गर्नुपर्छ, राम्रो सङ्गीत सुन्नुपर्छ, रुचि अनुसारको काममा व्यस्त हुनुपर्छ। तर अनुभवले के देखाएको छ भने मनमा निराशाको भाव उत्पन्न नहुन दिनका लागि समयसमयमा मनको कन्डिशनिङ्ग गर्दै रहनुपर्छ। वास्तवमा भन्ने हो भने हाम्रो जीउमा रोग उत्पन्न गर्ने र जीउलाई स्वस्थ राख्ने दुवै प्रकारको जीवाणु रहन्छ र दुवैबीच लगातार सङ्घर्ष भइरहन्छ। जुन जीवाणु बलियो हुन्छ, सोही अनुसार हाम्रो जीउ पनि स्वस्थ वा अस्वस्थ हुने गर्छ। उदाहरणका लागि हामीभित्र टीबीको जीवाणु सुषुप्तावस्थामा हुन्छ। जुन बेला स्वास्थ्यवर्द्धक जीवाणु कमजोर पर्छ त्यस बेला यसको हिम्मत बढ्छ र हामी टीबीको शिकार हुन्छौं।

यसैगरी हाम्रो मनमा प्रसन्नता र निराशा दुवै भाव हुन्छ। मानिसको स्वभाव प्रसन्नता हो तर प्रसन्नता र आशाको भाव क्षीण हुनासाथ निराशाको भावले चारैतिरबाट आक्रमण गर्न शुरू गरिहाल्छ। यस कारण निराशाको भावलाई बलियो हुन नदिनका लागि हामीले पटकपटक आफ्नो मनमा प्रसन्नताको भाव बलियो बनाइराख्नुपर्छ। यो त्यस बेला मात्र सम्भव हुन्छ, जब हामीले पटकपटक यस कुराको स्मरण आफ्नो मस्तिष्कमा गरिराख्छौं।

सबैभन्दा पहिले निराशाको कारण खोज्नुपर्छ। यदि तपाईं समस्यासँग डराउनुहुन्छ भने तनाव हुनु स्वाभाविक हो। तनावबाट बच्नका लागि पहिले उपस्थित समस्याले तपाईंलाई के सन्देश वा शिक्षा दिन खोजेको हो भन्ने कुरो पत्ता लगाउनुपर्छ। दोस्रो के खोज्ने प्रयास गर्नुस् भने हालसम्म तपाईं आफ्नो जीवनमा कतिपटक समस्या उत्पन्न हुने भयले तनावग्रस्त हुनुभएको छ र अन्ततोगत्वा ढिलो वा चाँडो त्यसको समाधान गर्न सफल हुनुभएको छ। हाल जुन समस्याको सामना गर्नुपरिरहेको छ त्यो पनि त्यसैगरी टरेर जान्छ किनभने कुनै पनि समस्या स्थायी हुँदैन। देरसबेर त्यसको समाधान हुन्छ नै।

साहित्यकार जेम्स ऐलनले लेखेका छन्–"मानिसले समस्याको स्वागत गर्नुपर्छ किनभने यी केही हदसम्म हाम्रो लापरवाही र मूर्खताको परिणाम हो। यस कारण त्यसबाट छुटकारा पाउन मानिसले राम्रो बाटो रोज्ने प्रयास गर्छ, आफ्नो बुद्धिको अधिकतम प्रयोग गर्छ र यसबाट ऊभित्र लुकेको शक्ति जागृत हुन्छ।" भारतीय कथाकार मुंशी प्रेमचन्द भन्छन्–"विपत्ति भन्दा राम्रो अनुभवको पाठ सिकाउने अर्को कुनै विद्यालय हुँदैन।" यस कारण के भन्न सकिन्छ भने कठिन परिस्थितिले मानिसलाई दुर्बल नबनाई 'हामी के हौं' भन्ने भावना मात्र प्रकट गर्दछ।

यदि तपाईं दिवास्वप्न मात्र देख्नुहुन्छ वा तपाईंलाई वनको बाघले खाओस् वा नखाओस्, मनको बाघले खाइरहेको छ भने तपाईंलाई नियमित आफ्नो मनको कन्डिशनिङ गर्ने आवश्यकता छ। पटकपटक आफ्नो मनलाई के बुझाउने प्रयास गर्नुपर्छ भने व्यर्थको कुरा सोचेर केही हासिल हुँदैन। तपाईं हालसम्म जति काल्पनिक समस्यासँग लड्नुभयो त्यसबाट आखिर तपाईंलाई निराशाबाहेक अर्को कुनै फाइदा भएन, तर तपाईंको बहुमूल्य समय अवश्य खेर गयो। यदि तपाईंले यस समयको सकारात्मक प्रयोग गर्नुहुन्थ्यो भने केही न केही अवश्य हासिल हुन्थ्यो। वास्तविक विपत्ति त्यति भयावह हुँदैन जति त्यसको कल्पना हुन्छ। भययुक्त मानिसले सानो छेपारोलाई पनि मगरमच्छको रूपमा हेर्छ। इंजेक्शन लगाउन खोज्दा केटाकेटीहरू कराउने गरेको यसैको अर्को रूप हो। सुईबाट हुने पीडाभन्दा कैयौं गुणा बढी पीडा त्यसको कल्पनाले हुने गरेको कैयन उदाहरण हाम्रो सामु छ।

यदि तपाईं आफ्नो असफलताबाट निराश हुनुहुन्छ भने आफ्नो मनलाई असफलताभित्रै सफलता लुकेको कुरा सम्झाउने प्रयत्न गर्नुपर्छ। भाग्यलाई दोष दिनु उचित हुँदैन किनभने भाग्यले पनि ठूलो सफलता नै रोज्छ। यस कारण भाग्यले हामीलाई सानो समस्या दिएर बढी मिहिनेत गर्ने प्रेरित गर्दछ। सत्य त के हो भने यदि हामी रिसाएको जस्तो गरेर बस्छौं भने छिट्टै हामीलाई रिस उठ्न थाल्छ र यदि हामी प्रसन्न भएको जस्तो गरेर बस्छौं भने सानोभन्दा सानो कुरामा पनि आनन्दको अनुभव गर्न थाल्छौं।

यस संसारमा प्रत्येक व्यक्ति, समस्याग्रस्त छ। यस कारण आफ्नो समस्याको विज्ञापन नगर्ने सल्लाह दिन चाहन्छु। कसैको अगाडि आफ्नो समस्या बयान गर्नुपूर्व मनलाई सम्झाउने प्रयास गर्नुहोस्। आफ्नो समस्या अरूलाई भनेर के तपाईं उसको सहानुभूति लिन खोज्दै हुनुहुन्छ ? के तपाईं यति कमजोर हुनुहुन्छ ? "हैन, म आफ्नो समस्यालाई आफैं हल गर्न सक्छु" भन्ने विचार मनमा पटकपटक ल्याउनुहोस्। कवि रहीमले भनेका छन्–"रहिमन निज मन की व्यथा, मन हि राखे गोय, सुनि अठिलैहें लोक सब, बाँटि न लैहें कोही" अर्थात् आफ्नो मनको पीडा मनमैं राख्नुपर्छ किनभने तपाईंको दु:ख सुनेर कसैले पनि त्यसलाई साट्दैन बरु तपाईंको कमजोरीबाट लाभ उठाउने प्रयत्न गर्छन्। मेरो अनुभव त के रहेको छ भने आफ्नो समस्याको हल आफैं खोज्ने प्रयास गर्नुपर्छ किनभने आफ्नो समस्या सार्वजनिक गरेर समस्या झन् बढ्छ, घट्दैन। तपाईंसँग समस्यालाई हल गर्ने सामर्थ्य नभएपनि आफ्नो दुर्बलता कसैको अगाडि प्रकट गर्नुहुन्न। यसो गरेर केही हासिल हुँदैन तर यसबाट लाभ लिने नै बढी भेटिन्छन्।

चिन्ता कुनै पनि समस्याको हल होइन। चिन्तित व्यक्ति न आफ्नो काम राम्ररी गर्न सक्छ, न कुनै कुराबाट आनन्द नै उठाउन सक्छ। धेरै कुराको आस गर्नु नराम्रो हैन तर त्यसलाई प्राप्त गर्न नसकेर चिन्तित हुनु राम्रो हैन। प्रसन्नताले प्रत्येक वस्तु सजिलै प्राप्त गर्न सकिन्छ। जसरी मानव शरीर पानीबेगर हिंड्न सक्दैन तर खानाको लागि गरिएको श्रम भन्दा कम श्रममैं यो प्राप्त हुन्छ। यसै गरी पानीभन्दा पनि आवश्यक हाम्रो लागि हावा हो किनभने हवाबेगर केही क्षण मात्र जीवित रहन सकिन्छ। यहाँ विचार गर्नुपर्ने कुरो के हो भने हावाको लागि हामी कति श्रम गर्छौं ? यदि यस्ता आवश्यक कुरोका लागि श्रम गर्नुपर्दैन भने अनावश्यक कुराका लागि चिन्तित हुने के आवश्यकता छ ? यस कारण प्रसन्न रहनुहोस्।

यहाँ ध्यान दिनुपर्ने अर्को कुरो के हो भने यस प्रकारको सोच त्यतिखेर मात्र चाहियो जुन बेला तपाईं निराश हुनुहुन्छ। सबैथोक हवा र पानीजस्तै सजिलै प्राप्त भइहाल्छ भन्ने सोच यदि तपाईंको बानी बन्यो भने केही हासिल हुँदैन। यस कारण बढी महत्त्वाकाङ्क्षी हुनु पनि राम्रो हैन। अनुभवले के देखाएको छ भने नकारात्मक सोचभन्दा बढी ताकतवर सकारात्मक सोच हुन्छ। बिनोवा भावेले भनेका छन्–"मानव जीवन अनुभवको शास्त्र हो।" मनोचिकित्सकहरूका अनुसार निराशा एक प्रकारको रोग हो जो दुई प्रकारको हुन्छ। पहिलो अस्थायी निराशा जो खुलेर हाँसेपछि, साथीहरूसँग भेट भएपछि, धेरै पानी खाएर वा सङ्गीत सुनेर खत्म हुन्छ भने स्थायी निराशा कुनै एउटा सानो कारणले पनि हुन सक्छ। यस प्रकारको निराशा नकारात्मक सोच भएको मानिसमा बढी पाइन्छ।

नकारात्मकताको विपरीत सकारात्मकता एउटा यस्तो विश्वास हो जसले हामीलाई आत्मविश्वासतर्फ लिएर जान्छ। यो स्थिति हाम्रो अनुभवलाई समृद्ध र परिपक्व बनाउँछ। परिपक्व व्यक्तित्व नै उन्नतिका लागि कठोर साधना गर्न सक्छ। महात्मा गाँधीले सकारात्मकतालाई अमर र यसको आराधना कहिल्यै निष्फल हुँदैन भनेका छन्। यस कारण नकारात्मकतालाई आफूभन्दा टाढा राख्नु र सकारात्मकतालाई गुलाम बनाउनु व्यक्तिको चरम उपलब्धि हो।

दुर्घटनाग्रस्त विमानको 'ब्ल्याक बक्स' पठाइँदै

काठमाडौं, ७ माघ/रासस

माघ १ मा पोखरामा भएको यती एयरलाइन्सको विमान दुर्घटनाको प्राविधिक विश्लेषणका लागि 'ब्ल्याक बक्स' अन्तर्राष्ट्रिय सुविधा सम्पन्न ल्याबमा पठाइने भएको छ। फ्रान्समा रहेको एटिआर विमान निर्माता कम्पनीसमक्ष प्राविधिक विश्लेषणका लागि पठाउन लागिएको हो।

संस्कृति, पर्यटन तथा नागरिक उड्डयन मन्त्रालयका सहसचिव एवं विमान दुर्घटना जाँच आयोगका सदस्यसचिव बुद्धिसागर लामिछानेले विज्ञसहित ब्ल्याक बक्स फ्रान्स पठाउन लागिको जानकारी दिए। 'ब्ल्याक बक्स परीक्षणका लागि अर्को हप्ता जहाज निर्माता कम्पनी फ्रान्स पठाउँदैछौं। दुर्घटनाको प्रभावकारी अनुसन्धानका लागि यसले सहयोग पुग्ने विश्वास गरेका छौं', उनले भने।

दुर्घटनापछि हुने अनुसन्धानको स्वतन्त्र विश्लेषणका लागि विमान निर्माता कम्पनीसमक्ष नै ब्ल्याक बक्स पठाउन लागिएको उनको भनाइ छ। 'ब्ल्याक बक्सबाट तथ्याङ्क निकाल्ने मात्रै कुरा हुँदैन', उनले भने, 'सामान्य अनुसन्धान र दुर्घटनापछि गरिने अनुसन्धान फरक पर्ने भएकाले प्राविधिक विश्लेषणका लागि फ्रान्स पठाउन लागिएको हो', उनले भने। उनका अनुसार ब्ल्याक बक्ससहित दुर्घटना जाँच आयोगका विज्ञ टोली पनि फ्रान्स जानेछन्। आयोगले हालसम्म दुर्घटनाको स्थलगत अनुगमन, आवश्यक कागजात सङ्कलन तथा विज्ञसँग छलफल गरिसकेको छ।

विमान दुर्घटनापछि एटिआर विमान निर्माता कम्पनीबाट आएको नौ सदस्यीय टोली प्रारम्भिक अध्ययन गरी फर्किसकेको छ। सहसचिव लामिछानेले आयोगको सुपरीवेक्षणमा रहेर उक्त टोलीले आवश्यक अध्ययन गरेको र आयोगसँग समन्वय गर्दै र आवश्यक परे फेरि नेपाल आउने गरी स्वदेश फर्किएको जानकारी दिए।

ब्ल्याक बक्स विमान दुर्घटना भएको भोलिपल्ट माघ २ गते बिहान भेटिएको थियो। ब्ल्याक बक्स विमान दुर्घटनाको कारण पत्ता लगाउन महत्वपूर्ण मानिन्छ। ब्ल्याक बक्समा 'लाइट राडर रेकर्ड' र 'ककपिट भ्वाइ रेकर्ड' हुन्छ।

काठमाडौंबाट पोखराका लागि उडेको यती एयरलाइन्सको कलसाइन ९-एएनसी (एटीआर-७२-२१२)विमान पोखरा अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थलबाट करिब १८ मिटर पर सेती नदीको खाोचमा दुर्घटना भएको थियो। उक्त विमानमा सवार चालक दलका सदस्यसहित ७२ मध्ये ७१ जनाको निधन भइसकेको छ भने बााकी एकजनाको खोजी जारी छ।

पोखरा विमानस्थलका प्रमुख विक्रम गौतमका अनुसार मृतक ७१ जनामध्ये निधन भएको र थप एक जनाको शव पहिचानका लागि डिएनए परीक्षण गर्न लागिएको छ। नेपाल नागरिक उड्डयन प्राधिकरणका प्रवक्ता जगन्नाथ निरौलाले दुर्घटना जााच आयोगले तीव्रताका साथ काम गरिरहेको बताए।

सरकारले विमान दुर्घटनाबारे जाँच गर्न पाँच सदस्यीय दुर्घटना जााच आयोग गठन गरेको थियो। पूर्वसचिव नागेन्द्र

(बाँकी तेस्रो पातामा)

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

अन्तर्राष्ट्रिय समाचार

मध्य आकाशमा पिसाब प्रकरण, चालीस लाख जरिवाना

नयाँ दिल्ली, ७ माघ/एएफपी

भारतको नागरिक उड्डयन प्राधिकरणले मदिराले मातेका एकजना यात्रीले ७२ वर्षीया महिलामाथि मध्य आकाशमा पिसाब फेरेको घटनालाई लिएर एयर इन्डियालाई करीब रु ४० लाख जरिवाना गराएको छ।

तस्वीरः फाइल

गत नोभम्बर २६ मा न्युयोर्कबाट एयर इन्डियाको विमानमा नयाँ दिल्ली आउँदा अमेरिकी बैंकर भारतीय नागरिक शङ्कर मिश्राले महिलामाथि गरेको दुर्व्यवहारविरुद्ध एयर इन्डियाले कारबाही नगरेकोले नागरिक उड्डयन प्राधिकरणले उक्त जरिवाना गरेको हो।

नयाँ दिल्ली विमानस्थलमा सामान्य यात्रुलाई झैं अभियुक्त मिश्रालाई विनाकारबाही प्रस्थान गर्न दिइएकोमा आपत्ति जनाउँदै एयर इन्डियाका उड्डयन प्रबन्धकलाई भारु तीन लाख बेग्लै जरिवाना गराइएको छ।

त्यसैगरी उक्त विमानका एकजना चालकलाई तीन महीनासम्म उडानमा प्रतिबन्ध लगाइएको छ। मिश्राबाट भएको उक्त निन्दनीय कार्यको भारतका साथै विश्वव्यापीरूपमा चर्को आलोचना भएको थियो। रासस

छैसठ्ठी महिला र बालबालिका इस्लामिक समूहबाट मुक्त

वागदुगु, बुर्किना फासो, ७ माघ/एपी

बुर्किना फासोको सेनाले देशको उत्तरी साहेल क्षेत्रबाट बाली जम्मा गर्ने–बटुल्ने क्रममा इस्लामिक चरमपन्थीहरूले यसै महीनाको शुरूमा अपहरण गरेका ६६ जना महिला र बालबालिकालाई मुक्त गरेको छ।

राष्ट्रिय प्रसारक आरटिबीका अनुसार सशस्त्र बलले मध्य–उत्तर क्षेत्रमा सैन्य कारबाहीका क्रममा बन्धकहरूलाई फेला पारेको थियो। उक्त समूहमा चार शिशुसहित ३९ जना बालबालिका रहेका बताइएको छ।

गत जनवरी १२ र १३ मा इस्लामिक अतिवादीहरूले अपहरण गर्दा उनीहरू सौम प्रान्तको अर्बिन्डा शहर नजीकै जङ्गलमा फलफूल टिप्न गएका थिए।

अरबिन्दा शहर वर्षौंदेखि जिहादी नाकाबन्दीको चपेटामा परेको छ, जसले गर्दा महिलाहरूले देश छोड्न खोजेमा आक्रमणको चपेटामा पर्ने खतरा बढेको अधिकारवादी समूहहरूले बताएका छन्।

अलकायदा र इस्लामिक स्टेट समूहसँग सम्बन्धित जिहादी हिंसाले बुर्किना फासोमा हजारौंको ज्यान लिइसकेको छ भने पश्चिम अफ्रिकी राष्ट्रमा करीब २० लाख मानिस विस्थापित भएका छन्।

सन् २०२२ मा दुईपटक सैन्य कू भएको र युद्ध रोक्न एकपछि अर्को सरकार असफल भइरहँदा व्यापक असन्तोष पैदा भएको छ।

गत सेप्टेम्बरमा सत्ता कब्जा गरेको सैन्य प्रशासनले सुरक्षा पुनर्स्थापित गर्ने वाचा गरेपनि हिंसा रोक्न सङ्घर्ष गरिरहेको छ। रासस

चार वर्षमा पाकिस्तानमा ४२ पत्रकार मारिए

इस्लामाबाद, ७ माघ/एएनआई

गत चार वर्षमा पाकिस्तानमा ४२ पत्रकार मारिएका छन्।

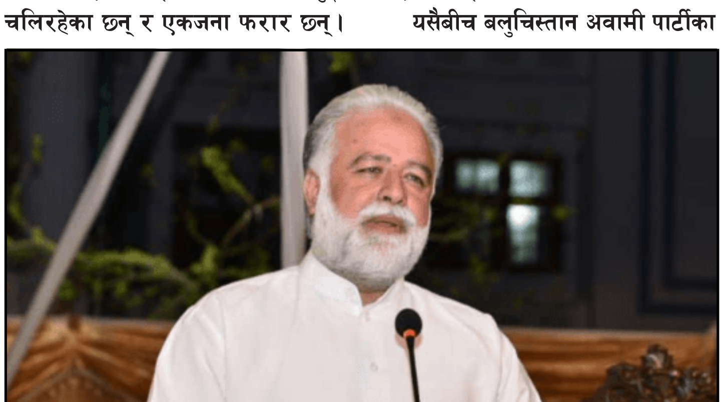
पाकिस्तानका संसदीय मामिलामन्त्री मुर्तजा जावेद अब्बासीले शुक्रवार सिनेटलाई जानकारी दिंदै सोबारे जानकारी गराएका हुन्। सूचना मन्त्रालयको तथ्याङ्क अनुसार ती पत्रकारहरूमा १५ जना पञ्जाबका, ११ जना सिन्ध, १३ जना खैबर पख्तुनख्वा र तीनजना बलुचिस्तानका थिए। पत्रकारहरूलाई कि आतङ्ककारीहरूले गोली हानेर मारे या अन्य कतैबाट मारिए यकिन भने छैन। तथ्याङ्क अनुसार यस्ता घटनामा पञ्जाबमा सात संदिग्ध पक्राउ परेका थिए। जसमध्ये दुई हाल जमानतमा छन्। पक्राउ परेका अन्य सातमध्ये पाँचजनाविरुद्ध मुद्दा चलिरहेको छ भने आठजना फरार छन्। एकजना अभियुक्तलाई अदालतले रिहा गरेको छ।

सिन्धमा चार संदिग्ध पक्राउ परेका छन् भने सातजनामाथि मुद्दा चलिरहेको छ।

यसैगरी केपीका दुई अभियुक्तले सफाइ पाएका छन्, चारजनाविरुद्ध मुद्दा चलिरहेका छन् र एकजना फरार छन्।

दिएका छन्।

यसैबीच बलुचिस्तान अवामी पार्टीका



पाकिस्तानका संसदीय मामिलामन्त्री मुर्तजा जावेद अब्बासी। तस्वीरः एएनआई

बलुचिस्तानमा दुई संदिग्ध फरार छन्। एकजना मुद्दाको सामना गर्दैछन् भने अर्का एक संदिग्धलाई सजाय दिइएको छ। केही अनुसन्धानको प्रक्रियामा छन्।

सिनेटमा बोल्दै जमात–ए–इस्लामी पार्टीका मुश्ताक अहमदले सङ्घीय र प्रान्तीय सरकार पत्रकारहरूको सुरक्षा गर्न असफल भएको बताएका छन्।

मन्त्री अब्बासीले अहमदलाई जवाफ दिंदै यो 'गम्भीर अवस्था' हो र सरकारले अपराधीहरूविरुद्ध छिटो कारबाही गर्नुपर्छ र पत्रकारहरूलाई विशेष सुरक्षा प्रदान गर्नुपर्छ भनेका छन्।

उनले पाकिस्तानको आन्तरिक र सूचना मन्त्रालयलाई यस विषयमा एकीकृत प्रतिवेदन तयार गरी दुई महीनाभित्र सदनमा पेश गर्न निर्देशन दिएका छन्। (सिनेटर दानेश कुमारले दस्तावेजमा देखाइएको तीनको सट्टा प्रान्तमा १० भन्दा बढी पत्रकारको हत्या भएको बताएको डन अखबारले उल्लेख गरेको छ।)

सिनेटर दानेश कुमारले दस्तावेजमा देखाइएको तीनको सट्टा प्रान्तमा १० भन्दा बढी पत्रकारको हत्या भएको बताएको डन अखबारले उल्लेख गरेको छ।

जवाफमा संसदीय मामिलामन्त्रीले सम्बन्धित सबै पक्षसँग छलफल गरेर प्रतिवेदन तयार पारेको र कसैले गलत तथ्याङ्क दिएको भए यो अत्यन्त संवेदनशील विषय भएकोले जवाफदेह हुनुपर्ने उल्लेख गरेका छन्।

पछिल्लो समय देशमा लैङ्गिक हिंसाका घटना बढेको र विशेषगरी महिलाहरू उत्पीडन र दुर्व्यवहारको चपेटामा परेका छन्। पाकिस्तानमा कडा पितृसत्तात्मक सामाजिक मान्यताका कारण महिला पत्रकारहरू हिंसा र धम्कीको अझ बढी जोखिममा छन्। रासस

आजको राशिफल

मेष	यात्रालाभ	वृष	कडाश्रम
मिथुन	ज्ञानोदय	कर्कट	उदरपीडा
सिंह	विजय	कन्या	धनलाभ
तुला	भाग्योदय	वृश्चिक	बेचैनी
धनु	मनोरञ्जन	मकर	कर्मप्राप्ति
कुम्भ	प्रगति	मीन	वादविवाद

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

रानीघाट–पोखरिया बस समिति

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

सानो परिवार
सुखी परिवार

वीरगंज महानगरपालिका कार्यालय

युथ अफ निजगढको अध्यक्षमा उषा लामा मोक्तान

प्रस, निजगढ, ७ माघ/

निजगढको सामाजिक संस्था युथ अफ निजगढको अध्यक्ष पदसहित सम्पूर्ण कार्य समिति सर्वसम्मत चयन भएको छ। उषा लामा मोक्तानको अध्यक्षतामा गठित एघार सदस्यीय कार्यसमितिको उपाध्यक्ष कमल बजगाईँ, महासचिव कमल पराजुली, सचिव सन्तोष पौडेल, कोषाध्यक्ष अशोक श्रेष्ठ, सहसचिव प्रेमबहादुर अधिकारी, सदस्यहरू रवि सापकोटा, प्रह्लाद तिमल्सिना, मुक्तिप्रसाद स्वाँर, विद्या रौनियार, मनिता पाण्डे रहेका छन्।

संस्थाको ९ औं वार्षिक साधारण सभाले शनिवार उक्त पदाधिकारी चयन गरेको हो। कार्यक्रममा पूर्व अध्यक्षहरू खड्गराज मैनाली, राजन श्रेष्ठ, उत्सव श्रेष्ठ, सागर तामाङ, गङ्गामाया श्रेष्ठलगायत सदस्यहरूले संस्थाको सामाजिक गतिविधिलाई अझै क्रियाशील बनाउन जोड दिए।

तस्वीरः प्रतीक

संस्थाले मिर्गौला, क्यान्सर, आगलागी पीडितलगायत अति विपन्न, गरीबहरूलाई नगद र सरसामान, विद्यालयहरूमा पाठ्यपुस्तक, खेलकूद सामग्रीसमेत निशुल्क प्रदान गर्दै आइरहेको छ।

संस्थाका वरिष्ठ सल्लाहकार भाइकाजी श्रेष्ठ, जीतलाल श्रेष्ठ, संरक्षक जनक श्रेष्ठ, प्रकाश श्रेष्ठले युवाहरू कुलत, दुर्व्यसनको शिकार नबनून भनेर सोविरुद्ध जनचेतना कार्यक्रम अगाडि बढाउने सुझाए।

नेपालका ओटिटीमा किन छैन आफ्नै कन्टेन्ट ?

काठमाडौं, ७ माघ/रासस

ओटिटी (ओभर द टप) प्रतिको आकर्षण कोभिड–१९ नियन्त्रणका लागि गरिएको लकडाउनका समयमा बढ्यो। घरमैं रहन बाध्य दर्शकले मनोरञ्जनको विकल्पका रूपमा 'डिजिटल प्लेटफर्म' रोजे। अन्तर्राष्ट्रियरूपमा बजारमा स्थापित नेटफ्लिक्स, अमेजन प्राइम भिडियो, डिज्ने प्लस हटस्टार, जी फाइभ, सोनी लिभलगायत 'ओटिटी प्लेटफर्म' दर्शकका प्रिय बनिरहँदा नेपाली एप भने ओझेलमा रहे।

नेपालमा समेत विदेशी ओटिटीका प्लेटफर्मतर्फ बढ्दा नेपालमैं रहेका आइफ्लिक्स, भिडियो पसल, सिनेमाघर जस्ता एपले भने धेरै दर्शक तान्न सकेनन्। नेपाल राष्ट्र बैंकले पाँच सय डलरसम्म वार्षिक खर्च गर्न मिल्नेगरी कार्ड उपलब्ध गराए पनि विदेशी एपमैं दर्शक बढ्दै आएका छन्। आइफ्लिक्स र चलचित्र टिभीले सफलता नपाएपछि बन्द नै भए।

नेपालमा सन् २०१६ देखि शुरू भएको एप सिनेमा घरले सब्स्क्रिप्सनको सुविधा हटाएर फिल्म अनुसार भुक्तानी गरेर हेर्न मिल्ने बनाएको यसका अध्यक्ष खगेन्द्र लामिछानेले जानकारी दिए।

अभिनेता, निर्माता, लेखकसँगै पछिल्लो फिल्म 'पानीफोटो' मार्फत निर्देशक बनेका लामिछाने सिनेमाघर एपसँग सन् २०१८ मा जोडिएका थिए। "हामीले नयाँ फिल्म ल्याउदा दर्शक बढ्छन्। फिल्मले पनि राम्रो आम्दानी गरिरहेका छन्"–अध्यक्ष लामिछानेले भने–"हामीले आफ्नै कन्टेन्ट ल्याउने

तयारी गरिरहेका छौं। यद्यपि त्यसको लाइनअप पूरा नहुँदासम्म आँट गरेका छैनौं।" उनका अनुसार वार्षिक क्यालेन्डर बनाएर मात्र आफ्नै 'कन्टेन्ट' ल्याइने छ। यसरी तयारी गर्दा कुनै एक 'कन्टेन्ट' असफल हुँदा अन्यले दर्शकलाई 'होल्ड' गर्ने उनको बुझाइ छ।

आइफ्लिक्स र भिडियो पसल सञ्चालन गरिसकेका ओमप्रकाश अग्रवालले भने पाइरेसीको समस्याले ओटिटीमा जोखिम रहेको बताए। "पाइरेसी गर्नेलाई कडा कारबाही नभएसम्म कन्टेन्ट सुरक्षित हुँदैन"–सञ्चालक अग्रवालले भने। 'ओएसआर प्ले' नामक एपको तयारी गरिरहेका सञ्चालक अग्रवालसहितको टोलीले ओएसआर डिजिटल टिम भिडियो पसलमार्फत फिल्म दर्शकमाझ पुर्‍याइरहेको छ।

अध्यक्ष लामिछानेले पाइरेसीसम्बन्धी शिक्षाको कमीले यस्तो भइरहेको बताए। "पक्राउ परेपछि ख्यालख्यालमैं चलचित्र पाइरेसी गरिएको भन्ने सुनिन्छ। यससम्बन्धी चेतना फैल्याउनुपर्छ"–उनले भने। डिजिटल बजारलाई सघाउन चलचित्र विकास बोर्डले नियमन गर्ने र सञ्चालन गर्ने कार्यविधि तयार गरिरहेको सदस्य फणिन्द्र कटवालले जानकारी दिए। "ओटिटीसम्बन्धी कार्यविधि बनाएर नै हामीले काम अगाडि बढाउने सोच बनाएका छौं–उनले भने।

उपप्रधानमन्त्री लिङ्देनबाट ८३औं पटक रक्तदान

काठमाडौं, ७ माघ/रासस

उपप्रधानमन्त्री एवं ऊर्जा, जलस्रोत र सिंचाइमन्त्री राजेन्द्र लिङ्देनले ८३औं पटक रक्तदान गरेका छन्। राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टी (राप्रपा) निकट राष्ट्रिय प्रजातान्त्रिक युवा सङ्गठन काठमाडौं क्षेत्र नं १ ले आज शङ्खमुलमा आयोजना गरेको रक्तदान कार्यक्रममा उनले ८३औं पटक रक्तदान गरेका हुन्।

राप्रपाका अध्यक्षसमेत रहेका लिङ्देनले आफू किशोरावस्थादेखि रक्तदान गर्न थालेको बताउँदै नजीकमा रक्तदान कार्यक्रम देखेपछि समारोह स्थलमा प्रवेश गरेर रक्तदान गरेको स्मरण गरे। रगत आवश्यक पर्ने बिरामीलाई जीवन दिन रक्तदाताको कार्यले सहयोग पुग्ने उनको भनाइ थियो।

युवा सङ्गठनका संयोजक राजेश भट्टराईले सामाजिक उतरदायित्व अन्तर्गत कार्यक्रम आयोजना गरिएको बताए। पार्टीका वरिष्ठ अध्यक्ष रवीन्द्र मिश्र सहभागी कार्यक्रममा अध्यक्ष लिङ्देनले हालसम्म १७२औं पटक रक्तदान गर्ने रक्तदाता प्रेमसागर कर्माचार्यलाई सम्मान गरे।

दुर्घटनाग्रस्त विमान ...

घिमिरे संयोजक रहेको आयोगका सदस्यमा हवाई विज्ञद्वय दीपकप्रकाश बाँस्तोला (अवकाशप्राप्त उपरथि) र सुनिल थापा (अवकाशप्राप्त क्याप्टेन) तथा हवाई मर्मत इञ्जिनियर एकराजजङ्ग थापा हुनुहुन्छ। आयोगको सदस्यसचिवमा पर्यटन मन्त्रालयका सहसचिव बुद्धिसागर लामिछाने हुनुहुन्छ।

संस्कृति, पर्यटन तथा नागरिक उड्डयनमन्त्री सुदन किराँतीले पदबहालीसँगै दुर्घटनाबारे चासो व्यक्त गर्दै जाँच आयोगलाई छिटो र प्रभावकारी काम गर्न निर्देशन दिएका थिए। उनले मुलुकको हवाई उड्डयन क्षेत्रलाई सुरक्षित, भरपर्दो र विश्वसनीय बनाउन सबैखाले सुधार गर्ने विश्वास व्यक्त गरेका थिए।

मन्त्रीको जिम्मेवारी सम्हालेलगत्तै मन्त्री किराँतीले नियामक नेपाल नागरिक उड्डयन प्राधिकरणका उच्च अधिकार र प्राविधिक टोलीसँग छलफल गरी हवाई सुरक्षा अभिवृद्धिका साथै पूर्वाधार विकासको कामलाई चुस्त र प्रभावकारी पार्न निर्देशन दिएका थिए। उनले दुर्घटना जाँच आयोगका पदाधिकारसँग पनि छलफल गरी कामलाई प्रभावकारी बनाउन आग्रह गरिसकेका छन्।

लहानबाट भैरहवा गइरहेको यात्रुवाहक बस रेडियो निजगढ नजिकै राजमार्गमा पल्टिंदा १२ जना घाइते भएको छ। बसको पछाडी तर्फको बायाँ चक्का पञ्चर हुँदा बस पल्टिएको इप्रका प्रनि सञ्जीव ओलीले जानकारी दिए। तस्वीरः जीतलाल श्रेष्ठ

रोटरी क्लबद्वारा ह्वील चेयर, कृत्रिम खुट्टा र कम्बल वितरण

प्रस, वीरगंज, ७ माघ/

रोटरी क्लब अफ वीरगंजको आयोजनामा शुक्रवार ह्वील चेयर कृत्रिम खुट्टा र कम्बल वितरण गरिएको छ।

तस्वीरः सौजन्य

वीरगंज-४ भगवती राइस मिलस्थित रोटरी क्लब अफ वीरगंजको भवनमा आयोजित कार्यक्रमका प्रमुख अतिथि हरिनारायण काब्राले वडा नं. १७ निवासी मुन्नीकुमारी र मायाकुमारी तथा छिपहरमाई गापाका साजिद हुसैनका लागि तीन थान ह्वील चेयर हस्तान्तरण गरे।

वडाध्यक्ष सञ्जु छतकुलीलाई ह्वील चेयर हस्तान्तरण गरिएको थियो। सो अवसरमा प्रमुख अतिथि काब्राले १७ थान ह्वील चेयर उपलब्ध गराउने घोषणा गरे।

यसैगरी रक्सौलका कृतिकुमारलाई कृत्रिम हात-खुट्टा प्रदान गरिएको थियो। कार्यक्रममा रौतहटको गरुडा नपा-४ मा रहेको वंशीलाल जैसवाल अनाथालयका बालबालिकाहरूलाई कम्बल वितरण गरिएको थियो।

रोटरी र रोट्र्याक्टको संयुक्त आयोजनामा वंशीलालका छोरा इ. शङ्कर जैसवाललाई कार्यक्रमका प्रमुख अतिथि काब्राले २५ थान कम्बल हस्तान्तरण गरेका थिए। कार्यक्रम रोटरी क्लब अफ वीरगंजका अध्यक्ष पियुषकुमार गुप्ताको अध्यक्षतामा भएको थियो भने डा आनन्दकुमार झालगायतको सहभागिता थियो।

दूतावासको आयोजनामा साङ्गीतिक कार्यक्रम

प्रस, वीरगंज, ७ माघ/

भारत स्वतन्त्रताको ७५ वर्ष र भारत र नेपालबीच कूटनीतिक सम्बन्धको ७५ वर्षको उपलक्ष्यमा नेपालस्थित भारतीय राजदूतावास, काठमाडौंले सङ्गीत सुकुन साङ्गीतिक कार्यक्रम आयोजना गरेको छ।

तस्वीरः सौजन्य

भारतीय साङ्गीतिक समूह कर्नाटिक २.० र नेपाली साङ्गीतिक समूह कुटुम्बले कन्सर्टमा साङ्गीतिक प्रस्तुति दिएका थिए।

कार्यक्रममा भारतको ७४ औं गणतन्त्र दिवस पनि मनाइएको थियो।

कार्यक्रममा नेपालका प्रधानमन्त्री पुष्पकमल दाहाल, पूर्व प्रधानमन्त्रीहरू केपीशर्मा ओली, माधवकुमार नेपाल, डा. बाबुराम भट्टराई, नेताहरू महन्थ ठाकुर र राजेन्द्र महतोको उपस्थिति थियो।

कार्यक्रममा परराष्ट्रमन्त्री विमला राई पौड्याल, उद्योग, वाणिज्य तथा आपूर्तिमन्त्री दामोदर भण्डारी तथा नेपाली सेनाका प्रधानसेनापति महारथी प्रभुराम शर्माको उपस्थिति थियो।

कार्यक्रममा कर्नाटिक २.० साङ्गीतिक समूहले परम्परागत कर्नाटक राग र पुराना बलिउड गीतलाई आधुनिक शैलीमा प्रस्तुत गरेको थियो भने नेपाली साङ्गीतिक समूह कुटुम्बले नेपाली मौलिक सङ्गीत प्रस्तुत गरेको थियो।

आगो वा हिटर प्रयोगमा होसियारी अपनाऔं।

- झ्याल, ढोका थुनेर आगो वा हिटर नबालौं,
- सुत्ने बेला बालेको आगो वा हिटर निभाऔं,
- आगो वा हिटर बालबालिकाको पहुँचभन्दा पर राखौं,
- हावाको उचित ओहोरदोहोर हुनेगरी मात्र आगो वा हिटर बालौं,
- सकेसम्म बाथरूममा ग्याँस गिजरको प्रयोग नगरौं। गर्नै परेमा भेन्टिलेसन खुला राखौं।
- झ्यालढोका थुनेर आगो वा हिटर प्रयोग गर्दा अक्सिजनको कमी हुन गई ज्यान जान सक्दछ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

खेलकूदको संसार

राष्ट्रपति रनिङशिल्डको विवाद टुङ्गियो, सरस्वती माविं प्रथम

चिरञ्जीवि सापकोटा, ठोरी, ७ माघ/

ठोरी गाउँपालिकाद्वारा पुस २४ देखि २६ सम्म सञ्चालन गरिएको प्रथम राष्ट्रपति रनिङशिल्ड खेलकूद प्रतियोगिताको विवाद टुङ्गिएसँगै विजयी घोषणा गरिएको छ।

विवाद टुङ्गिएपछि ठोरी गापा-२ स्थित सरस्वती माविले सर्वाधिक स्वर्ण पदक प्राप्त गरी पहिलो भएको छ। उसले यस अघि दोस्रो घोषणा गरिएको कारण पुरस्कार बहिष्कार गरेको थियो।

त्यस बेलादेखि जारी विवाद, राष्ट्रपति रनिङशिल्ड प्रतियोगिताका संयोजक ठोरी गापाका अध्यक्ष लालबहादुर श्रेष्ठको सक्रियतामा, शनिवार बसेको बैठकले समाधान गरेको हो।

ठोरी गापाको कार्यालयमा बसेको आयोजक समिति तथा खेलकूद विकास समितिका पदाधिकारीको बैठकले राष्ट्रपति रनिङशिल्डको निर्देशिका बमोजिम धेरै स्वर्णपदक विजेतालाई प्रथम हुने प्रावधान रहे अनुरूप सरस्वती माविलाई प्रथम घोषणा गरिएको गापा अध्यक्ष श्रेष्ठले बताए।

अध्यक्ष श्रेष्ठले निर्णय घोषित गर्दा आफूहरूलाई कुनै छलफल र जानकारी नगराई रेफ्रीहरूले कुरा नबुझी निर्णय दिएकोले विवाद भएको बताए। मध्यमाञ्चल खेलकूद विकास समितिका डाइरेक्टर र खेलकूद विकास समिति पर्साका अध्यक्षलाई कार्यालयमा डाकेर छलफल गरिएको र राष्ट्रपति रनिङ शिल्डको विजेता घोषणा गरिएको बताए। मध्यमाञ्चल खेलकूद विकास समितिका डाइरेक्टरले लिखितरूपमा गल्ती स्वीकार गरी नैतिक जिम्मेवारी लिएको उनले बताए।

निर्णयसँगै सरस्वती मावि गौतम नगर, ज्ञान ज्योति मावि घ्याङडाँडा र नेरामावि ओडार क्रमशः प्रथम, द्वितीय र तृतीय भए।

राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय आमन्त्रित महिला तथा पुरुष भलिबल भोलिदेखि

काठमाडौं, ७ माघ/रासस

पोखरामा भोलि आइतवारदेखि शुरू हुने राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय आमन्त्रित खुला क्लब च्याम्पियनसीप महिला तथा पुरुष भलिबल प्रतियोगिताको तयारी पूरा भएको छ। नेपालको राष्ट्रिय खेल भलिबलको विकास गरी राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रियस्तरका खेलाडी उत्पादनको लक्ष्यसहित टाइगर ग्रुप अफ पोखरा नेपालको आयोजनामा पोखरा रङ्गशालास्थित भलिबल कोर्टमा प्रतियोगिता सञ्चालन हुनेछ।

आयोजक टाइगर ग्रुपले आज पोखरा रङ्गशालामा पत्रकार सम्मेलन आयोजना गरी प्रतियोगिताको सबै तयारी सकिएको जनाएको छ।

प्रतियोगिताको उद्घाटन खेलमा महिलातर्फ न्यू डायमन्ड र नेपाल आर्मी भिड्ने टाइगर ग्रुपका अध्यक्ष नारायण शर्माले जानकारी दिए।

उनका अनुसार आइतवार मध्याह्न पुरुषतर्फ त्रिभुवन आर्मी र सशस्त्र प्रहरीको एपिएफ क्लबबीच खेल हुनेछ। तेस्रो खेल आयोजक पुरुषतर्फ गण्डकी प्रदेश र नेपाल पुलिसबीच हुनेछ। प्रतियोगितामा महिलातर्फ नेपाली सेनाको त्रिभुवन आर्मी क्लब, गण्डकी प्रदेश, सशस्त्र प्रहरीको एपिएफ क्लब र होङवान्जी न्यू डायमन्ड स्पोर्ट्स क्लबले उपाधिका लागि प्रतिस्पर्धा गर्नेछन्।

यसैगरी पुरुषतर्फ नेपाली सेनाको त्रिभुवन आर्मी, सेन्ट जोसेफ वाज स्पोर्ट्स क्लब श्रीलङ्का, नेपाल प्रहरीको नेपाल पुलिस क्लब, एपिएफ क्लब र आयोजक गण्डकी प्रदेशको टिमको सहभागिता रहने छ।

प्रतियोगितालाई थप आकर्षक बनाउन र दर्शकलाई सहज खेल हेर्ने अवसर प्रदान गर्नेगरी यसपटक विशेष प्रकारको प्यारापिट निर्माण गरिएको र प्रतियोगितालाई अन्तर्राष्ट्रियस्तरको बनाउन 'एलइडी स्क्रिन' राखिएको अध्यक्ष शर्माले जानकारी दिए।

उनले भने-"दर्शकहरूलाई सहज खेलको अवलोकन तथा मनोरञ्जन प्रदान गर्न अस्थायी प्यारापिट बनाएका छौं। वृद्धवृद्धाका लागि छुट्टै कुर्सीको व्यवस्था गर्नेछौं।" आयोजकले गत वर्षको तुलनामा पुरस्कार राशि दोब्बर बनाएको छ। महिला-पुरुष दुवैतर्फ च्याम्पियन टोलीलाई रु पाँच-पाँच लाख र उपविजेता टिमलाई समान नगद रु दुई लाख ५० हजार पुरस्कार दिइने छ।

तृतीय हुने टोलीलाई रु एक लाख २५ हजार र सान्त्वना हुने टिमलाई नगद रु ६५ हजारसहित ट्रफी र प्रमाणपत्र प्रदान गरिने प्रतियोगिता संयोजक देवेन्द्र केसीले बताए। महिला तथा पुरुषतर्फ उत्कृष्ट एक-एक खेलाडीले जनही समान नगद रु २५-२५ हजार प्राप्त गर्नेछन्। हरेक विधाका उत्कृष्ट पाँच खेलाडी र प्रशिक्षकलाई रु दश-दश हजार र ट्रफीसहित सम्मान गर्ने आयोजकले जनाएको छ।

महिला राष्ट्रिय टी-२० क्रिकेटको उपाधि सुदूरपश्चिमलाई

इनरुवा, ७ माघ/रासस

इटहरी उपमहानगरपालिकास्थित जनता माविको खेल मैदानमा आज सम्पन्न प्रधानमन्त्री कप महिला राष्ट्रिय टी-२० क्रिकेट प्रतियोगिताको उपाधि सुदूरपश्चिम प्रदेशले जितेको छ।

फाइनल खेलमा घरेलु टोली प्रदेश नं १ लाई छ विकेटले पराजित गर्दै सुदूरपश्चिम विजयी भएको हो। प्रदेश नं १ ले दिएको १०२ रनको लक्ष्य पाएको सुदूरपश्चिमले एक बल बाँकी छँदा लक्ष्य पूरा गरेको थियो।

सुदूरपश्चिमको जितका लागि अन्तिम ओभरमा आठ रन आवश्यक थियो। जसमा ओभरको दोस्रो बलमा कविता कुँवरले छक्का प्रहार गरी टीमलाई विजयी बनाइन्।

खेलको शुरूआतमा राम्रो प्रदर्शन गर्न नसकेको सुदूरपश्चिमको खेल मध्यक्रमका ब्याटर सम्झना खड्का र डली भट्टले सम्हालेका थिए।

सम्झनाले ३३ बलमा दुई चौकासहित अविजित २७ रन बनाउँदा डलीले १६ बलमा एक चौका र दुई छक्कासहित २२ रनको योगदान दिएकी थिइन्। कविता १९ रनमा अविजित भइन्। बलिङतर्फ शबनम राई, हिरनमई रोय, रूबिना क्षत्री र सङ्गीता राईले १-१ विकेट लिएका थिए।

टस जितेर पहिले ब्याटिङ गरेको प्रदेश नं १ ले २० ओभरमा पाँच विकेटको क्षतिमा १०१ रन बनाएको थियो। प्रदेश नं १ का लागि ओपनर काजल श्रेष्ठ र कप्तान रूबिनाले ३६ रनको शुरूआती साझेदारी गरेका थिए।

रूबिना १४ रन बनाएर आउट भएपछि अप्सरी बेगम र काजलले दोस्रो विकेटका लागि ३९ रनको साझेदारी गरेका थिए। अप्सरी १५ रन बनाएर आउट भएकी थिइन्।

विजयी भएको सुदूरपश्चिमले नगद रु पाँच लाख, ट्रफी, मेडल र प्रमाणपत्र पाएको छ भने उपविजेता प्रदेश नं १ ले रु तीन लाख, ट्रफी, मेडल र प्रमाणपत्र पाएको छ।

छिपहरमाई गाउँपालिका-५ मा शनिवारदेखि राष्ट्रिय परिचयपत्र वितरण शुरू भएको छ। वडामैं राष्ट्रिय परिचय पत्र वितरण भएपछि परिचयपत्र लिन आउनेहरूको घुइँचो लागेको थियो। तस्वीरः सुग्रीव साह