मानो रोपौं, मुरी फलाऔं,
खेतीयोग्य जमिन बाँझो नछोडौं,
पसिना बगाऔं, समुन्नत बनौं,
आफू र देशलाई
परनिर्भरताबाट बचाऔं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

PRATEEK DAILY

प्रतीक दैनिक

राष्ट्रिय 'क' वर्ग

eprateekdaily.com

निश्शुल्क प्रतीक दैनिक पढ्न चाहनुहुन्छ भने लग अन गर्नुहोस् ।

eprateekdaily.com

❖ वर्ष ३६ ❖ २०८० असार १६ गते शनिवार // मृत भस्म नबन्दैमा झिल्को भैकन बल्नुछ // 2023 July 01 Saturday ❖ मूल्य ५/- ❖ पृष्ठ सङ्ख्या ६ ❖ अङ्क ३०१

'जलवायु अनुकूलित कृषकमैत्री प्रविधि, धान उत्पादनमा वृद्धि'

२०औं राष्ट्रिय धान दिवस मनाइयो

प्रस, वीरगंज, १५ असार/

२०औं राष्ट्रिय धान दिवस पर्साका स्थानीय पालिकाहरूले रोपाइँ कार्यक्रम गरी मनाएका छन्। 'जलवायु अनुकूलित कृषकमैत्री प्रविधि, धान उत्पादनमा वृद्धि' मूल नाराका साथ असार १५ गते राष्ट्रिय धान दिवसका अवसरमा सरकारी तथा निजी क्षेत्रका विभिन्न सङ्घसंस्थाले रोपाइँ कार्यक्रम गरेका छन् ।

पोखरिया

प्रस, पोखरिया/

पोखरिया नगरपालिकाका प्रमुख प्रद्युम्न चौहानले कृषिलाई मध्यनजर गरेर यसपालिको बजेट विनियोजन गर्न लागेको बताएका छन् ।

पोखरिया नगरपालिकाले २०औं राष्ट्रिय धान दिवसको अवसरमा वडा नं ५ सतवरियामा आयोजना गरेको रोपाइँ कार्यक्रममा उनले किसानहरूको सिंचाइ समस्या समाधान गर्ने बताए । उनले कृषिप्रधान देश भने पनि किसानलाई सधैं बीउ, मलखादको समस्या हुने गरेको बताए ।

कार्यक्रममा उपप्रमुख रूबी ठाकुर, प्रशासन शाखा प्रमुख अजय श्रीवास्तव, वडाध्यक्षहरू लक्ष्मन साह कानू, किशोरी साह, महिन्द्र चौहान, परमानन्द कुर्मी, एमाले नगर अध्यक्ष विन्ध्याचल ठाकुरलगायतको सहभागिता थियो । कार्यक्रमको सञ्चालन विजय झाले गरेका थिए ।

नरेश यादव, पर्सागढी/

पर्सागढीका प्रमुख गोकर्ण पाठकले नगरपालिकामा अहिले कृषिमा विकास भएको बताएका छन् । पर्सागढी नपा कृषि शाखाको सहयोग र सूर्यविनायक कृषक समूहको आयोजनामा भएको रोपाइँ महोत्सवमा उनले बाँच्नको लागि अन्नको आवश्यकता पर्ने बताए ।

पर्सागढी

नगरप्रमुख पाठकले पर्सागढीका अधिकांश व्यक्ति कृषिमा निर्भर रहेको बताए । उनले नगरपालिकालाई मल आयात गर्ने अधिकार नभए पनि मल वितरणमा सहजीकरण गर्न सक्ने बताए। उनले आयातीत मल प्रयोग गर्नुको साटो जैविक मलखाद बनाइ प्रयोग गर्न जोड दिए ।

प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत छविरमण भट्टराईले किसानलाई आवश्यक पर्ने मलखाद तथा सिंचाइ सुविधा नभएकाले अहिले भारतबाट चामल आयात गर्नुपरेको बताए ।

समूहका अध्यक्ष राजु यादवको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा कृषि शाखा प्रमुख झरना क्षत्री, कृषि प्राविधिक खड्गबहादुर खत्री, शिवपूजन महतो, मीरा चौधरी, स्वास्थ्य शाखा प्रमुख नारायणप्रसाद पौडेल, वडाध्यक्ष सुकमान तामाङ, शङ्कर रायभरले मन्तव्य राखेका थिए । कार्यक्रममा स्वागत रमेश यादव र सहजीकरण सपना बाँस्तोलाले गरेका थिए ।

प्रस, ठोरी/

प्रधानमन्त्री कृषि आधुनिकीकरण परियोजना, पर्साले पर्साको सुदूरपश्चिम गाउँपालिका ठोरीमा २०औं राष्ट्रिय धान दिवस मनाएको छ ।

(बाँकी पाँचौं पातामा)

निजगढ नपा–११ रतनपुरमा सामूहिक धान रोपाइँ गर्दै उपप्रमुख सोममाया थिङलगायत । तस्वीरः जीतलाल श्रेष्ठ

जनप्रतिनिधि र हाकिमलाई रमाइलो, किसानहरू जिल्ल

प्रस, वीरगंज, १५ असार/

पर्साका स्थानीय तहका जनप्रतिनिधि र सरोकारावालाहरू शुक्रवार विभिन्न गाउँमा पुगी धूमधामका साथ धान दिवस मनाएको देखेर किसानहरू अचम्ममा परेका छन्। दमकलबाट खेतमा सिंचाइ गरी धान रोपेर उनीहरू आफैंबीच खुशी मनाएर गएपछि किसानहरू जिल्ल परेका हुन्।

ठोरी गापामा रोपाइँको समय रमाइलो गर्दै । तस्वीरः प्रतीक

पर्साका अधिकांश किसानको खेतमा पानी छैन। पानीको अभावमा किसानले धानको बीउसमेत छर्न सकेका छैनन् । छरेको बीउ पनि खेतमा घामले जलेर नष्ट भएको छ । तर आज एक दिन सरोकारवाला र जनप्रतिनिधिहरूले धान दिवसमा रमाइलो गरी रोपाइँ गरेको भन्दै फोटो खिंचेर फेसबूकमा राख्ने र दही, च्युरा, आँप खाएर गएको देखेपछि किसानहरू जिल्ल परेका हुन् ।

एकजना किसानले हाकिमहरूलाई सबै कुरा थाहा भएपनि उनीहरू किसानको लागि केही गर्न चाहँदैनन् । हरेक वर्ष धान दिवस भनेर रमाइलो गर्ने र फेसबूकमा फोटो राखेर हाकिमसाबलगायतले धान दिवस मनाउनुको औचित्य नरहेको उनले बताए। अहिले सामाजिक सञ्जालमा जनप्रतिनिधि र सरोकारवालाहरूको यस प्रकारको क्रियाकलापको चर्को आलोचना भइरहेको छ ।

स्थानीय सरकार गठन भएको छ वर्ष हुन थाल्यो तर किसानको खेतसम्म पानी पुऱ्याउन चासो नदेखाएको उनले बताए ।

किसानहरूको लागि छुटयाएको बजेटमा पनि बिचौलियाहरूले आँखा गाडेका छन्। खेतहरूमा जडान गरिएका बोरिङबाट पानी आउँदैन, वितरण गरिएको मोटर तथा दमकल कमसल भएकाले बिग्रेको किसानहरूको भनाइ छ ।

लङ्गडीका ताराचन्दप्रसाद कलवारले यस वर्ष समयमा पानी नपर्दा किसानहरू धेरै मर्कामा परेको बताए । आर्थिक सङ्कटमा फस्दै गइरहेका किसानहरूको

(बाँकी अन्तिम पातामा)

भारतीय ट्रकबाट २६२ किलो गाँजा बरामद, चालक फरार

प्रस, वीरगंज, १५ असार/

बारा प्रहरीले लागूऔषध गाँजा ठूलो परिमाणमा बरामद गरेको छ ।

मकवानपुरबाट वीरगंज नाका हुँदै ठूलो परिमाणमा गाँजा तस्करी भइरहेको पूर्वसूचनाको अधारमा भारतीय ट्रकको खोजी शुरू गरिएको थियो ।

तस्वीरः प्रतीक

गएराति ९ बजे जीतपुरसिमरा उपमहानगर–७ जीतपुर बजारनजीकबाट रोकिराखेको अवस्थामा बिआर २५ जिए १४५८ नम्बरको भारतीय ट्रकबाट २६२ किलो गाँजा बरामद गरेको हो ।

इलाका प्रहरी कार्यालय, सिमरा र प्रहरी चौकी पथलैयाको संयुक्त टोलीले गाँजा बरामद गरेको बाराका प्रहरी उपरीक्षक होबिन्द्र बोगटीले बताए ।

बिहीवार दिनभरि उक्त ट्रक जीतपुरमैं सडकछेउमा रोकिएको अवस्थामा स्थानीय जनप्रतिनिधिको रोहबरमा ट्रकको हुड खोलेर हेर्दा फल्स बटम बनाइ राखिएको अवस्थामा गाँजा बरामद भएको थियो । ट्रक प्रहरी नियन्त्रणमा छ भने चालकको खोजी कार्य भइरहेको बारा प्रहरीका प्रवक्ता प्रनाउ पुरुषोत्तम पाण्डेले बताए।

आठवटा पाकेटमा ३० किलोको दरले २४० किलो र २२ किलोको अर्को एउटा प्याकेट गरी कुल २६२ किलो गाँजा भारत लैजाने तस्कर गिरोहको तयारी थियो ।

बारा प्रहरीले चालू आवको असार १५ गतेसम्म करीब एक हजार २३०.४५० किलोग्राम गाँजा बरामद गरिएको र ६८ जना नेपाली नागरिक र चारजना भारतीय नागरिक गरी ७२ जनालाई पक्राउ गरिएको जिप्रका, बाराले जनाएको छ ।

विश्वराज अधिकारीको 'बज्जिका कहाबत' सार्वजनिक

प्रस, गरुडा, १५ असार/

नेपाल साहित्यिक पत्रकार सङ्घको १७औं वार्षिकोत्सवको अवसर पारेर रौतहटमा कृति सार्वजनिक गरिएको छ। बज्जिका साहित्य सङ्गम, रौतहट आयोजक तथा नेपाल साहित्यिक पत्रकार सङ्घ मधेस प्रदेश र आकृति क्रिएशन हेटौंडा सहआयोजक भई रौतहटको गरुडास्थित रेडियो मधेस मसला एफएमको प्रेक्षालयमा आयोजित साहित्यिक कार्यक्रममा विश्वराज अधिकारीद्वारा सङ्कलित 'बज्जिका कहाबत' कृति सार्वजनिक गरिएको हो।

सर्लाहीका बज्जिका साहित्यकार तथा साहित्यिक पत्रकार रामचन्द्र महतोको प्रमुख आतिथ्यमा बिहीवार भएको कार्यक्रममा बज्जिका भाषा विकास परिषद् नेपालका अध्यक्ष शिवचन्द्र साह, साहित्यकार मनमोहन सिंह मनोहर, रामचन्द्र महतो कुशवाहा, साहित्यकार बिन्दा साहनी तथा कृतिकार अधिकारीले संयुक्तरूपमा 'बज्जिका कहाबत'को विमोचन गरेका थिए । प्रमुख अतिथि कुशवाहा 'बज्जी' साहित्यिक त्रैमासिक पत्रिकाका प्रकाशक–सम्पादक हुन् ।

अमेरिकाको ओक्लहामामा प्राध्यापन पेशामा आबद्ध अधिकारीले बज्जिका भाषामा प्रचलित उखानहरूको सङ्कलन गरेका छन् । कृतिको प्रकाशन आकृति क्रिएसन हेटौंडाले गरेको हो ।

कार्यक्रममा विमोचनकर्ताहरूले

तस्वीरः प्रतीक

कृतिको महत्त्वका साथै बज्जिका भाषामा प्रचलित उखानहरूको बारेमा विस्तृत प्रकाश पारेका थिए । कार्यक्रममा भाषासेवी तथा साहित्यकारहरू विपिनकुमार सिंह, कृष्णाकुमार सिंह, राजेश कुशवाहा, रामऔतार साह, सङ्गीता सहनी, रेणु गुप्ता, अभिजीत रामलगायतले प्रकाश पार्दै बज्जिका भाषामा प्रचलित लोकसाहित्यको जगेर्ना गर्नुपर्ने बताएका थिए ।

बज्जिका साहित्य सङ्गमका अध्यक्ष किशुनदयाल श्रीकृष्णाको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा मधेस प्रदेशमा साहित्यिक पत्रकारिता र पत्रिकाको अवस्थाको साथै बज्जिका लोकसाहित्यबारे सञ्जय साह मित्रले प्रकाश पारेका थिए ।

कार्यक्रममा प्रमुख अतिथि कुशवाहा, कृतिकार अधिकारी तथा प्रकाशक संस्थाका प्रमुख साहित्यकार राम अविकासलाई गम्छा ओढाएर सम्मान गरिएको थियो ।

नेपाली, अङ्ग्रेजी र बज्जिका भाषामा निरन्तर लेखिरहेका कृतिकार विश्वराज अधिकारीको यसअघि 'बङमतीसे लमहा' आधुनिक गीत सङ्ग्रह र 'कहाँ गेल ऊ लोग' संस्मरण सङ्ग्रह प्रकाशित छन् ।

विचारसार र सूक्तिहरू

जो स्वयम् प्रकाशित रहेर अरूलाई प्रकाशित गर्छ र दिने कार्य पनि गर्छ, त्यसैलाई देवता भनिन्छ ।

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
Website: www.eprateekdaily.com

भेदभावको अन्त्य हुनैपर्छ

नेपालको संविधान २०७२ ले जाति, लिङ्ग, धर्म, वर्ण आदिका आधारमा भेदभाव वर्जित गरेको छ । तर अहिले पनि संविधानको मर्मविपरीतका भेदभावहरू जारी नै छन् । भेदभावविरुद्धका घटनामा अदालत पुगेकाहरूले न्याय पाएका पनि छन् । तर अहिलेसम्म यस्ता क्रियाकलापविरुद्धमा अदालतको शरणमा पुग्नै पर्ने बाध्यताको भने अन्त्य हुन नसक्नु हाम्रो कमजोरी नै हो । दलितहरूलाई अहिले पनि धार्मिक, सामाजिक, आर्थिक, शैक्षिक क्षेत्रमा भेदभाव कायमै छ । यहाँसम्म कि संविधान पालना गर्ने गराउने निकाय प्रहरी, प्रशासनबाट पनि उनीहरू भेदभावका शिकार भइरहेका घटनाहरू बेलाबखतमा उजागर हुने गर्छन् । संविधानको अक्षरशः पालना गराउने निकायहरूबाट कम्तीमा भेदभाव नहुनुपर्ने हो । तर कागजमा एउटा कुरा र व्यवहारमा अर्को कुरा हुँदा भेदभावले अहिलेसम्म निरन्तरता पाउँदै आएको छ । यसैले फाइदा उठाउने समूहहरू अहिलेसम्म सक्रिय छन् । दलितलाई सार्वजनिक पूजापाठमा सहभागी नगराउने, उनीहरूलाई सार्वजनिक इनार, धाराबाट पानी लिनसम्म बन्देज पार्ने, भोजभतेरमा भेदभाव गर्ने अनि शैक्षिक क्षेत्रमा पनि उनीहरूसँग भेदभावपूर्ण व्यवहार हुने भएकाले कतिपय दलित बालबालिकाहरू अनिवार्य शिक्षा पाउने अधिकारबाट वञ्चित छन् ।

दलितहरूविरुद्ध हुने भेदभावका लागि पछिल्लो समयमा विभिन्न संस्थाहरूले आवाज उठाउँदै आएका छन् । भेदभावका सबै घटना समाजबाट बाहिरिन नसकेको अवस्था छ । अहिले पर्सा जिल्लाका तेस्रोलिङ्गीहरूले आफूहरूप्रति सामाजिक, प्रशासनिक क्षेत्रबाट भेदभाव हुँदै आएको आरोप लगाएका छन् । लिङ्गको आधारमा महिला र पुरुष सरहको व्यवहार समाज र प्रशासनबाट अहिलेसम्म तेस्रोलिङ्गीहरूले पाउन सकेका छैनन् । हाम्रो समाजमा त अहिलेसम्म महिला र पुरुषबीचको भेदभाव हटन सकेको छैन । छोरा जन्मिएपछि खुशी मनाउने, छोरी जन्मेपछि बिस्मात गर्ने सङ्ख्या समाजमा अहिले पनि ठूलो छ । देखावटीरूपमा छोरीहरूप्रतिको मोहमाया जाहेर गर्ने तर व्यवहारमा त्यसको ठीकविपरित कार्य गर्नेहरू पनि हाम्रै समाजमा छन् । यस्तोमा तेस्रोलिङ्गीहरूप्रति भेदभाव गर्न नपाउने कानूनी व्यवस्थाको पालना समाजबाट हुनु असम्भव छ । तेस्रोलिङ्गीहरूले लामो लडाइँपछि कानूनी अधिकारहरू पाएका छन् तर त्यसको उपभोग कहिले गर्न सक्ने हुन् सहज भन्न सकिन्न । अहिले पनि खुलेर आफू तेस्रोलिङ्गी भएको घोषणा गर्नेहरूको सङ्ख्या एकदमै कम छ ।

गत वर्ष सम्पन्न तीनै तहका निर्वाचनमा पर्सा जिल्लामा तेस्रोलिङ्गी मतदाता १६ जना मात्र देखिनुले पनि हाम्रो समाज तेस्रोलिङ्गीमैत्री नरहेको स्पष्ट हुन्छ । पर्सा जिल्लामा गैरसरकारी संस्थाहरूको तथ्याङ्कले खुलेर आएका तेस्रोलिङ्गीहरूको सङ्ख्या ६०० देखाउँछ भने खुलेर नआउनेको सङ्ख्या सोको पाँच गुना बढी भएको बुझिन्छ । तेस्रोलिङ्गी भएकै कारण घर परिवारबाट अपहेलित हुनुपर्ने अवस्था विद्यमान छ भने समाज र प्रशासनिक क्षेत्रबाट भेदभाव हुँदैन भनेर विश्वास गर्न सकिँदैन । समृद्ध समाजको परिकल्पना गर्दा यस प्रकारका भेदभाव सह्य हुँदैन । हामी पछाडि पर्नुका विभिन्न कारणमध्ये भेदभावपूर्ण व्यवहार मुख्य कारक हो । तसर्थ यस प्रकारका भेदभावको खुलेर विरोध गर्न सक्ने वातावरण [redacted] हाम्रै हो ।

असार १५ र धान दिवस तथा दही–च्युराको संस्कृति

नेपाल कृषिप्रधान देश हो । यो कुरा यतिबेला एकादेशको कथा जस्तै भएको छ । कुनै जमानामा ८५ प्रतिशत नेपालीको पेशा कृषि कार्य नै थियो । नेपालको कुल आम्दानीको ८५ प्रतिशत कृषिबाटै आउने गर्थे तर यतिबेला अवस्था र व्यवस्था दुवै फेरिएका छन् । एकातिर विकासको नाममा भूमाफियाहरूले कृषियोग्य भूमि कित्ताकाट गरेर व्यापकरूपमा घडेरी तथा अन्य अनुत्पादक क्षेत्रमा व्यवस्थापन गर्ने कार्यलाई तीव्रगतिमा दिँदै आएको निरन्तरताले कृषि क्षेत्र तहसनहस बन्न पुगेको छ । अर्कोतिर देशको युवा जनशक्ति वैदेशिक रोजगारमा ज्यानको माया मारेर झन्डै ८० लाखको हाराहारीमा रहेका छन् । यस्तोमा देशभित्र कृषि कार्यको अवस्था कस्तो होला भन्ने कुरा सहजै अनुमान गर्न सकिन्छ ।

भन्नलाई देशमा सङ्घीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्र संस्थागत गरिएको छ तर त्यो जनजीवनमा कतै पनि अनुभूति भएको देखिंदैन । दलाल पूँजीवादी व्यवस्थाले लामो समयदेखि उत्पादनका सबै साधन बन्द गरेएकाले मुलुकभित्र गरीबी, महँगी, भ्रष्टाचार, बेथिति पहाडभन्दा पनि अग्लो हुन गएको छ । जातीय, क्षेत्रीय, लैङ्गिक, भाषिक, सामाजिक, सांस्कृतिक, आर्थिक आदि विभेदको खबर कहिले नपुरिने गरी गहिरिएका छन् ।

देशको यस्तो विकट अवस्थामा असार १५ गते फेसनकै रूपमा भएपनि दही–च्युरा खाएर राष्ट्रिय धान दिवस मनाइएको छ । सरकारले धान दिवसलाई नेपाली किसानहरूको महत्त्वपूर्ण पर्व भने पनि चरम गरीबी र बेरोजगारीले गर्दा यो हुनेखानेहरूको हिलोमा जिस्किने शौक र केवल औपचारिकतामा सीमित भएको देखिन्छ । हुनत भनिन्छ नेपालका किसान सङ्घ–सङ्गठनहरूले यसलाई किसान दिवसको रूपमा लामो समयदेखि मनाउँदै आएका छन् । १५ वर्षअघि नेपाल सरकारले यस दिनलाई औपचारिकरूपमा धान दिवस घोषणा गरी मनाउन थालेको हो ।

ऐतिहासिक तथ्यहरू हेर्दा नेपालको मुख्य खाद्य बाली धान हो र नेपालको इतिहास, यहाँको सभ्यता तथा संस्कृतिसँग गाँसिनुका साथै जीवनयापनको अभिन्न अङ्ग रहेकाले असार १५ लाई धान दिवस घोषणा गर्नु उचित नै हो तर सरकारले विज्ञान प्रविधिको प्रयोग गरी खेतीपाती गर्नुको सट्टा मध्ययुगीन हलो–गोरुको प्रयोगले आकाशे वर्षाको भरमा कृषि क्षेत्रबाट बढी उत्पादन सम्भव हुने कुरा नै हुँदैन ।

दुनियाँलाई बेवकुफ बनाएर अझै पनि आफ्नो हित पूरा गर्न नेपाल सरकारले असार १५ लाई धान दिवस मनाउने घोषणा गरेको थियो । सरकारको नियत जेसुकै भएपनि असार १५ वर्षाको सुरुआत, मुख्य बाली धानको रोपाइँका साथै हाम्रो संस्कृति र सभ्यतासँग गाँसिएको महत्त्वपूर्ण दिन हो । यस दिनदेखि किसानहरू वर्षाको सुरुआत भएको, आफ्नो कामको चापको दिन आएको, अनि समाजको प्रतिष्ठासँग जोडिएको सबैभन्दा मीठो खान्की खाद्यान्न धानको रोपाइँमा लाग्छन् । त्यही रोपाइँमा लाग्दाको खुशी र आनन्द अभिव्यक्त गर्ने एक साङ्केतिक र सांस्कृतिक पर्व असार १५ बन्नुपर्ने हो, जुन अझैसम्म बन्न सकेको छैन ।

आजभन्दा ५० वर्ष पहिले हामीमध्ये धेरैको मानसपटलमा बालापन वा युवा अवस्थाका मीठा सम्झनाहरू नबिर्सने गरी रहेका छन् । त्यो दिन दही र च्युरा नखाएको, हिलोमा नखेलेको या रोपाइँ गीत नगाएको हामीमध्ये कमै हुनुपर्छ । तर अहिले सबै काम कुरा कर्मकाण्डीको लयमा हुने गरेकाले कृषकहरूको बाहुल्यता भएको नेपालमा अझै पनि असार १५ को रौनकता र चर्चा किसानमा छाउन सकेको छैन ।

दलाल पूँजीवादी गतिविधिको सक्रियताले गर्दा समय परिवर्तन भएको छ । दही–च्युराको त्यो पुरानो रौनक, आनन्द र महिमा कम हुँदैछ । खेतीसँग गाँसिएको जनसङ्ख्या घट्दो छ । खेती किसानीमा रमाउने र रोपाइँ गर्दैको बेला बाली भित्राउने समय सम्झँदै रमाउने माहोल पनि कम भएको छ । धानको महत्त्व र भातलाई प्रतिष्ठा मान्ने प्रचलन पनि हट्दै छ । अझ असारे भाका, हिलो खेल्न र दही–च्युरा खान रमाउने प्रचलन पनि कम हुँदैछ । अब त केवल टिकटक, ट्वीटर तथा इन्स्टाग्रामको शोभा बढाउन सघाउने औजारको रूपमा अत्यधिक मात्रामा असार १५ धान दिवस तथा दही–च्युरा खाने संस्कृति प्रयोग भएको पाइन्छ ।

जलवायु परिवर्तनका कारण हाम्रो वर्षा असार १५ कै आसपारमा शुरू हुनुभन्दा पनि केही अघि वा पछि सरेको छ । महत्त्वपूर्ण रहेको असार १५ को दिनले पनि धेरै उकाली र ओराली बेहोर्दै छ । अझ हाम्रो मुख्य खाद्य बाली धानखेतीसँग जोडिएका चुनौतीहरूको त पहाड नै बनेको छ । अहिले पनि असार १५ को चर्चा गरिरहँदा विभिन्न जिल्लामा भइरहेको मल, बीउ तथा सिंचाइको अभावका बारे ध्यान जान सकेको छैन ।

यतिबेला असार १५ पर्यटकीय पर्वको रूपमा समेत विकसित हुँदैछ । हिलोमा रेसलिङ खेलेका, विद्यालय र कलेजका विद्यार्थीले हिलो खेलेका तथा विदेशी पर्यटकहरूसमेत यस दिनमा धान रोपाइँमा सामेल भएका र हिलो खेलेका तस्वीरहरूले असार १५ लाई निकै रङ्गीन बनाएको छ । यो खुशीकै कुरा भएपनि हामीले र मुख्यगरी किसानले मनाउने असार १५ को उद्देश्य त्यति मात्र होइन । हामी यसैमा रमाउँदै गएमा तथा गम्भीररूपमा नसोचे पछिल्ला केही वर्षमा देखिएझैं असार १५ मा अझ विकृति र विसङ्गति भित्रिने, यो उल्लास र सङ्घर्षको दिनभन्दा पनि एक काण्डको दिन बन्ने र हाम्रो बहस कृषि क्षेत्र, किसान, धान संस्कृतिबाट विमुख हुनेमा कुनै शङ्का छैन । खेतमा धान रोप्नेभन्दा गमलामा धान रोपेर बढी रोमान्टिक हुने संस्कृति बढ्दै जानु निस्सन्देह खतरनाक कुरा हो । त्यसैले आजको दिनमा हाम्रो धान दिवस कसरी नेपाली संस्कृति, खेतीपाती र धानको महिमासँग जोडिएको छ भन्नेबारे विश्लेषण गर्ने तथा आजको आवश्यकता, प्रतिकूलता र अवसरका बारे छलफल र बहस चलाउन आवश्यक छ ।

हाम्रो देशमा राजनीतिक व्यवस्था निकै चोटि परिवर्तन भएको घोषणा गरियो तर किसान मजदूरको अवस्था कहिले फेरिएको अनुभूति भएन । त्यसैले धान दिवसको दिनलाई किसान अधिकार दिवसको रूपमा पनि मनाइरहँदा के हाम्रो देशका बहुसङ्ख्यक साना किसानका अधिकार प्राप्त भएका छन् या छैनन् यसतर्फ पनि ध्यानाकर्षण गर्न जरुरी छ । किसान अधिकार र खाद्य अधिकारविना आधारभूत मानव अधिकार, आर्थिक तथा सामाजिक, सांस्कृतिक अधिकार, महिला अधिकार तथा ग्रामीण जनसमुदायको अधिकार संरक्षण नहुने भएकाले यस दिनलाई मनाइरहँदा किसानको अधिकार प्राप्त गर्ने सङ्घर्षको रूपमा समेत यसलाई लिन आवश्यक छ । खाद्य उत्पादकहरू, साना किसानहरू, भूमिहीन, ग्रामीण कामदारहरू, चरुवाहरू, पशुचारकहरू, मछुवाराहरू तथा ग्रामीण भेगहरूमा बस्ने मानिसहरूको मानवझैं सम्मानित जीवन छैन, अपहेलित छन्, सम्मान नगरिएका र मूलधारको राजनीतिक–आर्थिक प्रक्रियाहरूबाट बहिस्कृत छन् भन्ने विरोधाभाषलाई आत्मसात् गर्दै नेपालमा पनि छिट्टै किसान अधिकारको कानून बनाएर तिनका अधिकार सुनिश्चित गर्नेतर्फ हाम्रो पाइला अगाडि बढ्नुपर्छ । यसको लागि सर्वप्रथम विज्ञान प्रविधिमा आधारित खेतीपातीको सुरुआत गर्न जरुरी छ । निजी सम्पत्ति र निजी उत्पादनभन्दा सामुदायिक उत्पादन र सामुदायिक आत्मनिर्भरताविना देश संविधानले परिकल्पना गरेको समाजवाद उन्मुख हुन नसक्नेतर्फ बेलैमा सरोकारवाला सबैले विचार पुऱ्याउन जरुरी छ ।

स्वतन्त्र विचार

बैधनाथ श्रमजीवी

baidhnath2071@gmail.com

निजी सम्पत्ति र निजी उत्पादनभन्दा सामुदायिक उत्पादन र सामुदायिक आत्मनिर्भरताविना देश संविधानले परिकल्पना गरेको समाजवाद उन्मुख हुन नसक्नेतर्फ बेलैमा सरोकारवाला सबैले विचार पुऱ्याउन जरुरी छ ।

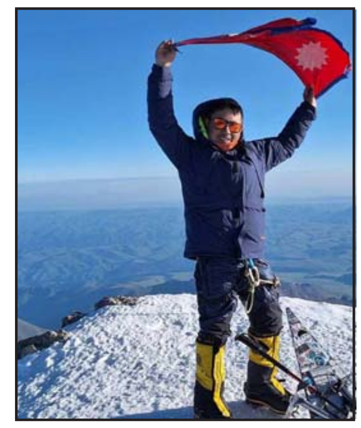
नेपाली युवाद्वारा युरोपको सर्वोच्च शिखर एलब्रसको सफल आरोहण

काठमाडौं, १५ असार ⁄ रासस

नेपाली युवा प्रकाशराज पाण्डेले युरोपको सर्वोच्च शिखर माउन्ट एलब्रस हिमाल सफल आरोहण गरेका छन् । यही जून २९ तारिखका दिन बिहान ९ बजे उनले रूसमा रहेको उक्त हिमाल आरोहण गरेका हुन् । पाण्डेले एलब्रसमा नेपालको राष्ट्रिय झन्डासमेत फहराएका थिए । उक्त हिमाल पाँच हजार ६४२ मिटर अग्लो छ ।

उनले सातै महादेशका उच्च हिमाल आरोहण गरी सेभेन समिट पूरा गर्ने लक्ष्यका साथ जून २१ मा रूस प्रस्थान गरेका थिए । पाण्डेले आरोहण गरेका उक्त हिमाल युरोपको सबैभन्दा अग्लो चुचुरो हो । अब युरोपको सफल आरोहण सम्पन्न भएसँगै अफ्रिकाको अग्लो चुचुरो किलिमान्जारो हिमाल आरोहणका लागि त्यसतर्फ प्रस्थान गर्ने उनले बताए ।

पाण्डेले सन् २०१६ देखि हिमाल चढ्न शुरू गरेका हुन् । उनले सगरमाथा,



मनास्लु र आमादब्लम हिमाल आरोहण गरिसकेका छन् । पाण्डेले अन्य सबै महादेशका अग्ला हिमाल आरोहण सकेपछि पुनः सगरमाथाको आरोहण गरी सेभेन समिट पूरा गर्ने बताए । रामेछापको लिखु तामाकोशी निवासी उनले विश्व रेकर्ड कायम गर्ने उद्देश्य लिएका छन् ।

नयाँ राहदानी लिनेको सङ्ख्या महीनैपिच्छे बढ्दै

काठमाडौं, १५ असार ⁄ रासस

पछिल्लो समय नयाँ राहदानी लिनेहरूको सङ्ख्या बढ्दै गइरहेको छ । राहदानी विभागका अनुसार गत जेठ महीनामा मात्रै एक लाख ४७ हजारजनाले राहदानी लिएका थिए । यसमध्ये ६३ प्रतिशतले नयाँ राहदानी लिएका छन् भने बाँकीले नवीकरण गराएका छन् ।

एकै महीनामा एक लाख ४७ हजारजनाले राहदानी लिएको हालसम्मकै यो उच्च भएको राहदानी विभागका प्रवक्ता तथा निर्देशक दुरपदा सापकोटाले जानकारी दिए ।

उनका अनुसार गएको चैत महीनामा एक लाख ४२ हजारजनाले तथा वैशाख महीनामा एक लाख २५ हजारजनाले राहदानी लिएका थिए । जसमा राहदानी नवीकरण गर्ने र नयाँ राहदानी लिने दुवैको सङ्ख्या समावेश गरिएको छ ।

प्रत्येक १० वर्षमा राहदानी नवीकरण गर्नुपर्ने कानूनी व्यवस्था छ । पछिल्लो समय राहदानी बनाउनेको सङ्ख्या अनुमानभन्दा बढी र नवीकरण गर्नेको सङ्ख्या कम भएको विभागले जनाएको छ ।

६६ पृष्ठको राहदानी चार लाख थान छापिएकामा पाँच हजार मात्रै प्रयोग भएको र बाँकी मौज्जाद रहेकाले त्यसलाई समेत साधारणसरह वितरण गर्न थालिएको विभागले जनाएको छ ।

सामाजिक सेवामा समर्पित रिलिफ सोसाइटीको कार्यसमितिलाई चाहिने समय प्रदान गरी सामाजिक सेवामा सहभागी हुनुहोस् । रिलिफ भवन फोन ९८४५११९४८

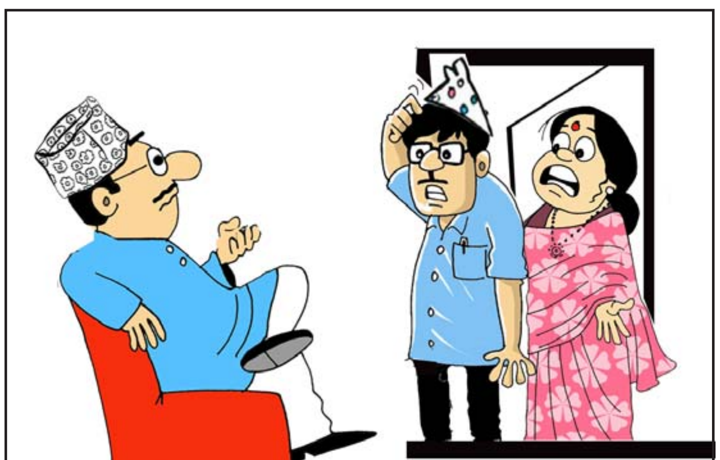
वार्टिका

वर्ष ३६ | २०८० असार १६ गते शनिवार | 2023 July 01 Saturday

भाडाको मुख

हास्यव्यङ्ग्य

सञ्जय मित्र
mitrasanjay41@gmail.com



"तपाईंको मुख कहाँ बनेको छ ?" बकपत्रका लागि बोलाउँदा कोठाभित्र छिरेपछि बस्न लगाउँदै एकजनाले सोधेको पहिलो प्रश्न यही थियो। मलाई जवाफ दिन अकमकिएको बुझेर अर्का एकजनाले यस्तै प्रश्न तेस्र्याए–"तपाईंको मुख के केबाट बनेको छ ?"

बकपत्र गराउँदा बोल्नेको कुरा टिपेर आफूले भनेजस्तो हो कि होइन भनेर लेखिन्छ भन्ने सुनेको सोझो मनुवा म। यो अन्तर्वार्ता हो कि डरलाग्दो बहिर्वार्ता हो ? अचम्ममा परेको मलाई, फेरि अर्कोले प्रश्नको ठाडो प्रहार बजायो, "तपाईंले बोलेको मुख आफ्नै हो कि भाडामा लिएर आउनुभएको छ ?"

मेरो भुँडी अलिक ठूलो छ। मेरी पत्नीको भुँडी स्लिम छ। कतिपयले जिस्केर मलाई भन्ने गर्छन्–"दाजुलाई भुँडी लागेछ, भाउजूको भुँडी राम्रो छ।"

यसरी जिस्किनेसित पत्नीजीले मस्किनुभन्दा पहिले मैं थस्किदिन्छु र बक्छु–"मैले पत्नीको भुँडी सापटी लिएको छु। म गरीबको एउटा यन्त्रो बडेमाको भुँडी कहाँबाट आउँछ र ?" तर यहाँ त बोल्ने मोकै पाइरहेको छैन। साधु वेशमा चोर चाला, मन्दिर भनेर भट्टी जाला' भन्ने उखानजस्तै भइरहेको छ। बकपत्र मेरो हो, मलाई केही बक्नै दिइरहेका थिएनन्। एउटा सोच्यो कि अर्को उटपटचाङ प्रश्न मेरो खप्परमाथि ठोकिन आइलाग्थ्यो। विगतलाई एकातिर पन्छाउन नपाउँदै फेरि अर्को प्रश्न आयो– "तपाईंले बक्ने कुरा तपैंकै हुन्छ कि भाडाको ?"

जानेर त होइन, बोल्ने बानी भएर होला। मुखबाट तुरुन्त फुत्किहाल्यो– "तपैंहरू भाडामा आएपछि मैले भाडामा मुख ल्याउनुहुन्न भन्ने छ र ?"

गम्भीरजस्तो बुझिने बकपत्रकारले अनुहारमा रिसको एउटा झोका ल्याएर संयमको नाटकीय प्रदर्शन गर्दै रोषपूर्वक जिज्ञासा थपे–"हामी जिम्मेवारी वहन गर्न आकालाई भाडामा आको देख्ने चश्मा फुकालेर हेर्नुस्, हाम्रो वास्तविकता देख्नुहुन्छ। हाम्लाई आरोप नलगाउनुस्।"

मैले चश्मा फुकालें। अब तिनीहरूको अनुहारको ठाउँमा गोलो कालो मात्र देखियो। मैले केही चिन्न नसकेको भाव यसरी व्यक्त गरें–"तपाईंहरू सबैको अनुहार कालो देख्छु। यहाँ आएर कालो हुनुभएको हो कि कालो मुखै लिएर आउनुभएको हो ?" आँखा पनि मिचें। झन् कालो देखें। एकजनाले झन् झर्केर आकाश दर्केजस्तो गर्जेर हप्काए मलाई, "हामीसित सोझो कुरा गर्नुस्। धेरै बाङ्गो नहुनुस्।"

अनि उनीतिर फर्केर भनें–"हजूर, म एक्लो मानिस। हजूरहरू चारजना हुनुहुन्छ। म दाहिनेतिर फर्किंदा देब्रेतिर बाङ्गो हुनुपर्छ। र, देब्रेतिर फर्केर जवाफ दिंदा कहिलेकाहीं दाहिनेतिर बाङ्गिनुपर्छ। धेरै बाङ्गो नहुन त, म घुम्ने कुर्सीमाथि बस्नुपर्छ। म नपढेको मान्छे, घुम्ने कुर्सीमाथि अन्धो मान्छे कसरी बस्छु ? बरु हजूर चाहिं, मैले बाङ्गो कुरो गरेको पनि सुन्नुपर्छ, सहनुपर्छ।" सबैजना काठको साधारण कुर्सीमा बसेका थिए। मलाई पनि बस्न एउटा कुर्सी दिएका थिए। सबैले आआफ्नो कुर्सी सुम्सुम्याउन थाले।

बकपत्रकारहरू अवाक थिए, मेरो प्रत्युत्पन्न बुद्धि देखेर। जवाफ त म फर्काउन सक्थें, जवाफमै थर्काउन सक्थें। यो कुरा शायद तिनीहरूले बुझेछन्। अनि एकजनाले मलाई सोध्ने प्रयास गरे– "भन्नुको मतलब यो हो कि तपाईं आफैंले देखेको कुरो भन्ने हो कि अरूले भनेको र तपाईंले सुनेको कुरा यहाँ बताउने हो ? अरूले भनेको कुरो सुनेर यहाँ बोल्ने अर्थात् बकपत्र गर्ने चाहिं अर्काको मुखले बोलेको भएन ?"

उनको कुरो अधुरै रहन दिएर म बीचमै बोलें र आफ्नो मनको बात यसरी खोलें–"तपाईं दुई नम्बरीले सोझो कुरो नगरे हुन्छ ?" मलाई बीचैमा रोक्दै तेस्रो चाहिं बम्क्यो–"तपैं जथाभावी नबोल्नुस् है ? कसैलाई दुई नम्बरी भन्ने आधार के ? अघि त्यस्तै भाडामा आएको भन्नुभो। हामीले सह्यौं। अब चाहिं आल्टफाल्टु कुरो चैं नहोस्।"

मैले सहजरूपमा भनें–"तपाईं तीन नम्बरी कसरी पर्नु'भो भने मसित कुरोकानी शुरू गर्दा तपाईंहरू सबैजना चारजनामध्ये तेस्रो नम्बरमा प्रश्न गर्नुभो। अनि जो दोस्रो नम्बरमा प्रश्न गऱ्यो, ऊ मेरो नजरमा दुई नम्बरी। मतलब दुई नम्बरमा कुरा गर्ने मान्छे।" मेरो सोझो अर्थ सुनेर एकचोटी सबैको अनुहारमा एक हुल हाँसो दौडयो। अनि गर्मीमा कतैको चीसो हावाको एउटा झोका विलाएझैं हरायो।

अल्पकालीन मौनतालाई तोड्दै र सबै किसिमको लाज पचाउँदै, कुरोलाई अर्कैतिर मोड्दै मैले प्रश्न राखें–"मैले सबै कुरा झूटो बोलें भने के हुन्छ ? अनि, मैले सबै कुरा आफैंले देखे पनि देखेकोजस्तो नबोली अरूले भनेकोजस्तो बोलें भने के हुन्छ ?"

अनि फेरि थपें–"तपाईंहरू आफ्नो कार्यालयको वा हाकिमको बोलीको झोला बोकेर वा ड्युटीको झोला बोकेर आउँदा त्यहीको झोले हुनुभयो। अनि सित्तैमा पक्कै आउनुभएको छैन। आएको पैसा पाउनुहुन्छ अनि भाडाको बकपत्रकार हुनुभयो कि भन्ने जस्तो मलाई लागेको छ। यसैगरी, मैले आफ्नो कुरो बोले पनि वा अरूको कुरो बोले पनि तपाईंहरूले टिप्ने नै हो। तपाईंहरूले अर्थात् बकपत्रकारहरूले टिपेको नै लेखोट गर्ने हो र मलाई अन्तिममा सही गराउने हो। बकपत्रकार तपाईं तर बकपत्र मेरो, हुने यही त हो नि।" यसपछि भने सबैलाई हान्नुसम्म हानें। कसैलाई छाडिनँ।

"हामीलाई भरौटे भन्ने तपाईं चाहिं धेरै कुरौटे। अब यताउतिको कुरो छाडेर सोझै विषयवस्तुतिर लागौं। घटना तपाईंले आफैंले देखेको हो ?"

मैले जवाफ दिने मौकामा चौका हान्न पाएँ–"तपाईंहरूको आँखाले देखेको होइन। मैले आँखा राम्ररी देख्दिनँ। यसैले आधा मैले र आधा चश्माले देखेको हो।"

अनि बकपत्रकारहरूले बकपत्रको आफ्नो रीति पूरा गरे। सबै नीति, अनीति, थिति, बेथिति हो कि अतिथि सबै कुरा सोधे। मैले पनि 'तस्तालाई तस्तै ढिंडोलाई निस्तै' भनेझैं गर्दै गएँ। कतै ईंटको जवाफ पत्थरले पनि दिनुपऱ्यो। मलाई अन्तिममा लाग्यो, बकपत्रकारहरू भिजेको मुसो भएर गए। किनभने सबैको अनुहारमा बाऱ्ह बजेको थियो।"

म आफ्नो घर फर्कें। दुई छिमेकीबीच झगडा भएको थियो। तगडा झगडा भएको कारण मेरो आँगनमा गाउँ–समाज बसेको थियो। पहिले त डर लाग्यो कि म घरमा नभएको बेला के कारणले यत्तिका मानिस जम्मा भएका होलान् भनेर। तर म त लालबुझक्कड, कुरा चाँडै बुझिहालें। एकातिर बातबहादुर पनि बसिरहेका थिए। विनाबत्थ्यौली बस्नै नसक्ने प्राणी। एक्लै छँदा पनि बोलिरहने। राति निदाए पनि बोलिरहने गज्जबका प्राणी। व्यवहारले उनी थिए, झगडाप्रसाद। जहिले नि, जोसित पनि झगडा परिरहने। महीनामा एकाध झगडाको लफडा बढिरहने।

झगडालाई कुनै निहुँ चाहिंदैन, बोल्नलाई कुनै बीउ चाहिंदैन। यो उनकै हकमा लागू हुन्छ। एक छिनपछि सोधपुछ शुरू भयो। नवनिर्वाचित वडाध्यक्षले सोधे–"तपाईंले किन गाली गर्नुभयो ?"

बातबहादुर–"मैले बोलेकै छैन, केही भनेकै छैन।"

"अनि झगडा कसरी भयो त ?"

"ऊ आफ्नो मुखले बोल्दैन। उसको मुख फलानोको घरमा बन्छ। उसको बोली फलानाले बनाउँछन्। उसको एक्शन जति फलानीले निर्देशन गर्ने हो। अनि रिमोट कन्ट्रोलवाला डिजेले जस्तै कसैले उसको स्वीच अन गरिदिएर कुनै अश्लील गीत लाइदिएजस्तै गरी गरिदिन्छ र ऊ गाउन तथा आफैं नाच्न थाल्छ। ऊजस्तो भाडाको मुखले म बोल्न सक्दिनँ ...।" उसलाई नरोकेको भए शायद अझ के के भन्थ्यो, भन्थ्यो।

बातबहादुरले जति पनि बोल्न सक्थ्यो तर उसलाई रोकेर सोझै दोष उसको झगडियामाथि थप्ने मनसाय भलाद्मीहरूको देखियो।

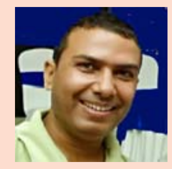
म भर्खर बाहिरबाट आएको थिएँ। घरमा पसें। फ्रेस हुन् थियो। घरभित्र पस्नासाथ पत्नीजीले प्रश्न तेर्स्याइन्–"यो भाडाको मुख कस्तो हुन्छ ?"

झनक्क उठेको रिसलाई दमन गर्दै अमनले जवाफ फर्काएँ–"जुन मुखले आफ्नो दुःखसुखको कुरा गर्दैन, अर्काको विषयमा नानाथरी कुरा गरिरहन्छ। त्यस्तो मुखलाई भाडाको मुख भनिन्छ। र, भाडाको मुख तिमीजस्तो हुन्छ, मेरैजस्तो हुन्छ।"

म शौचालयमा छिरें। आनन्दले बस्दै सोच्न थालें–"जहाँतहीं भाडाकै मुख छ। कतै मेरो मुख पनि भाडाकै छ कि ?"

सनातन संस्कृतिमा १६ संस्कारको महत्त्व (१)

सरोकार



राजेश मिश्र
rajesh560107@gmail.com

"जय माता दि ..."को गुञ्जले वीरगंज धार्मिकमय भएको थियो। असार ५ गते मङ्गलवारको दिन वीरगंजमा भक्तजनहरूको ताँती हेर्न लायक थियो। गहवामाताको मन्दिरको पुरानो स्वरूप नयाँ स्वरूपमा परिणत भएको ११ वर्ष भयो। सोही अवसरमा ५ गते रथयात्रा र ६ गते भण्डारा आयोजन गरिएको थियो। भक्तजनहरूको उत्साह र उमङ्ग शब्दमा वर्णन गर्न सकिन्न। वीरगंजको लागि यो ऐतिहासिक अवसर थियो।

अब लागौं मूल प्रसङ्गतर्फ। सनातन संस्कृतिमा देवीदेउता, पूजापाठ, जपतप, सत्य वचन र शुद्ध जीवन आदिको विशेष महत्त्व छ। वर्तमान परिवेशमा फोटो खिच्ने र सामाजिक सञ्जालमा तुरुन्तै पोस्ट गर्ने प्रचलन ह्वात्तै बढेको छ। मोबाइल र इन्टरनेट जस्ता आधुनिक संसाधनले धार्मिक समारोहहरूमा मानिसहरूको स्वस्फूर्त उपस्थिति बढाएको छ। यो सकारात्मक पक्ष हो। यद्यपि आफ्नो धर्म–संस्कृतिको बारेमा चासो राख्नु र अद्यावधिक हुनु पनि उत्तिकै जरुरी छ। के तपाईंलाई थाहा छ कि सनातन धर्ममा कति प्रकारका संस्कारहरू हुन्छन् ? 'भ्यालेन्टाइन डे' जस्ता विभिन्न प्रकारका पश्चिमा 'डे'हरूको अवसरमा देखासिकी पोस्ट गर्ने पुस्ताले आफ्नै सनातन संस्कृतिको वैज्ञानिक महत्त्वबारे जानी राखौं।

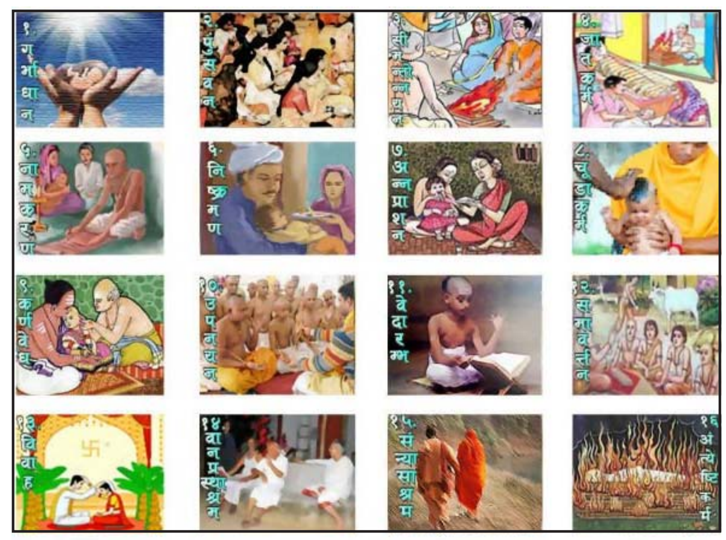
सनातन संस्कृति एक शाश्वत, प्राचीन र विज्ञानमा आधारित हिन्दू धर्म हो। सनातन संस्कृति हिन्दू धर्मका ऋषिमुनिहरूद्वारा स्थापना भएको मान्यता छ। यसको उत्पत्ति पूर्णतया वैज्ञानिक अवधारणामा आधारित छ। सनातन संस्कृतिको उद्गम भएको धेरै वर्षसम्म धर्तीमा न विज्ञान न वैज्ञानिकहरूको कुनै अस्तित्व थियो।

प्राचीनकालमा हरेक कार्य संस्कारबाट शुरू हुन्थ्यो। त्यस बेला मानवीय जीवनमा ४० प्रकारको संस्कार ग्राह्य थियो। गौतम स्मृतिमा ४० प्रकारका संस्कार उल्लेख रहेको पाइन्छ। महर्षि अङ्गिराले यसको अन्तर्भाव २५ संस्कारमा समेट्नुभएको छ। व्यास स्मृतिमा १६ वटा संस्कारको वर्णन गरिएको पाइन्छ। त्यसैगरी, विभिन्न धार्मिक ग्रन्थहरूमा पनि मुख्यतया १६ वटा संस्कारको व्याख्या गरिएको पाइन्छ।

१६ संस्कारमध्ये पहिलो गर्भाधान संस्कार र अन्तिम अथवा १६औं संस्कार अन्त्येष्टि अर्थात् अन्तिम संस्कार हो। गर्भाधान, पुंसवन, सीमन्तोन्नयन, जातकर्म, नामकरण यी सबै संस्कार नवजात शिशुको ईश्वरीय संसारसँगको सम्बन्ध स्थापित गर्नका लागि गरिन्छ। नामकरणपछि चूडाकर्म र यज्ञोपवीत संस्कार हुन्छ। यसपछि विवाह संस्कार गरिन्छ। विवाह संस्कार गृहस्थ जीवनको सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण संस्कार हो।

गर्भाधानदेखि शिक्षाको प्रारम्भसम्मका संस्कारलाई गर्भ संस्कार पनि भनिन्छ। यिनमा पहिलो तीन (सङ्कल्पना, पुंसवन, सीमन्तोन्नयन)लाई अन्तरगर्भ संस्कार भनिन्छ र त्यसपछिका छवटा संस्कारलाई बहिरगर्भ संस्कार भनिन्छ। गर्भ संस्कारलाई दोष मार्जन वा शोधक संस्कार पनि भनिन्छ। दोष मार्जन संस्कारको अर्थ बच्चाको पूर्वजन्मबाट धर्म र कर्मसँग सम्बन्धित दोषहरू र गर्भमा हुने विकृतिहरू हटाउनका लागि अन्तर्गर्भ संस्कार गरिन्छ। पछिल्ला छवटा संस्कारलाई गुणाधान संस्कार भनिन्छ।

प्रारम्भिककालमा हिन्दू समाजमा गुरुकुल शिक्षा प्रणाली अनुसार शिक्षा प्रदान गरिन्थ्यो। गुरुकुल शिक्षा प्रणालीमा संस्कारहरूका बारेमा ज्ञान प्रदान गरिन्थ्यो। १६ संस्कारलाई हिन्दू धर्मको जरा भनिन्छ। जरा शक्तिशाली भएपछि नै हाँगाबिंगा, पात–पतिङ्गर र फलफूल आदि परिकल्पनाअनुरूप फस्टाउँछ। जरामा कीरा लागेपछि जति स्याहारसुसार गरे पनि न रूखबिरुवा फस्टाउँछ, न राम्रो फलको आस गर्न सकिन्छ। सनातन संस्कृतिमा जन्मेदेखि मृत्युसम्म गरी मनुष्यको जीवन १६ संस्कारमा निहित छ। यी १६ संस्कार निम्न अनुसार छन्–



१. गर्भाधान संस्कारः

शास्त्रहरूमा मान्यताप्राप्त १६ संस्कारमध्ये गर्भाधान पहिलो संस्कार हो। यो संस्कारलाई गृहस्थ जीवनमा प्रवेश गरेपछिको पहिलो कर्तव्य मानिएको छ। गृहस्थ जीवनको मुख्य उद्देश्य श्रेष्ठ सन्तानोत्पत्ति हो। असल सन्तान प्राप्त गर्न चाहने मातापिताहरूले गर्भाधानपूर्व शरीर र मनको स्वच्छता र शुद्धताको लागि यो संस्कार अवलम्बन गर्नुपर्छ। वैदिककालमा यो संस्कार निकै महत्त्वपूर्ण मानिन्थ्यो।

२. पुंसवन संस्कारः

गर्भस्थ शिशुको मानसिक विकासको दृष्टिकोणले यो संस्कार उपयोगी मानिन्छ। गर्भधारणको तेस्रो महीनामा यो संस्कार गर्ने विधान छ। हाम्रा ऋषिमुनिहरूले सन्तानोत्कर्षको उद्देश्यले गर्ने यो संस्कारलाई अनिवार्य मानेका छन्। गर्भस्थ शिशुसँग सम्बन्धित यो संस्कार शुभ नक्षत्रमा गरिन्छ। पुंसवन संस्कारको उद्देश्य स्वस्थ र उत्तम सन्ततिको जन्म दिनु हो। विशेष तिथि र ग्रहको गणनाको आधारमा मात्र गर्भधारण गर्नु उचित मानिन्छ।

३. सीमन्तोन्नयन संस्कारः

गर्भधारणको छैटौं वा आठौं महीनामा सीमन्तोन्नयन संस्कार गरिन्छ। यस महीनामा गर्भपतन हुने सम्भावना धेरै हुन्छ वा यी महीनाहरूमा अविकसित शिशु जन्मने धेरै सम्भावना हुन्छ। गर्भवती महिलाको स्वभाव, उठ्ने, बस्ने, हिंड्ने, सुत्ने आदिमा परिवर्तन ल्याउने विधि छन्। चिकित्सा विज्ञानले पनि महिलाहरूलाई यी महीनाहरूमा विशेष सावधानी अपनाउन सल्लाह दिन्छ। यो भ्रूणको विकास र स्वस्थ बच्चाको लागि आवश्यक छ। यो संस्कारको मुख्य उद्देश्य गर्भस्थ शिशु र गर्भवती महिलाको सुरक्षा गर्नु हो। यो संस्कार गर्भवती महिलाको मन प्रसन्न गर्नको लागि गरिन्छ।

४. जातकर्म संस्कारः

नवजात शिशुको नालच्छेदनअगाडि यो संस्कार गर्ने विधान छ। यस दिव्य संसारको प्रत्यक्ष सम्पर्कमा आउने बच्चालाई बुद्धि, बल र दीर्घायुको लागि वेद मन्त्रको जपको साथ स्वर्ण खण्डबाट मह र घ्यू चटाइन्छ। यो संस्कार विशेष मन्त्र र विधिद्वारा गरिन्छ। दुई थोपा घ्यू र छ थोपा महको समिश्रण अभिमन्त्रित गरेर शिशुलाई चटाएपछि बुबाले यज्ञ गर्छन् र नौ मन्त्रको विशेषरूपले उच्चारण गरेर बच्चाको लागि बुद्धिमान्, बलियो, स्वस्थ र दीर्घायुको कामना गर्छन्। यसपछि आमाले बच्चालाई स्तनपान गराउँछिन्।

५. नामकरण संस्कारः

यो संस्कार शिशु जन्मेको ११औं दिनमा गरिन्छ। हाम्रा धर्माचार्यहरूले शिशु जन्मेको १० दिनसम्म अशौच (सूतक) मानेका छन्। त्यसैले ११औं दिनमा यो संस्कार गर्ने विधान छ। महर्षि याज्ञवल्क्यको पनि यही मत छ, तर अनेक कर्मकाण्डी विद्वान्हरूले यो संस्कार शुभ नक्षत्र वा शुभ दिनमा गर्नु उचित ठान्छन्।

सनातन धर्ममा नामकरण संस्कारको अधिक महत्त्व छ। हाम्रा ऋषिहरूले नामलाई यस कारण पनि प्रभावी बताएका छन्, किनभने यसको व्यक्तित्व विकासमा सहायता हुन्छ। त्यसैले भनिन्छ रामभन्दा रामको नाम ठूलो। हाम्रा धर्मशास्त्रीहरूले धेरै अनुसन्धान गरेर नामकरण संस्कारको आविष्कार गरेका छन्। ज्योतिषशास्त्रले नामको आधारमा भविष्यको रूपरेखा तयार गर्छ।

६. निष्क्रमण संस्कारः

दैवीजगत्सँग बालकको प्रगाढता बढोस् र ब्रह्माजीको सृष्टिसँग परिचित भई दीर्घकालसम्म धर्म र मर्यादाको रक्षा गर्दै लामो समयसम्म यस संसारको उपभोग गर्न सकियोस्, यही नै यस संस्कारको मुख्य उद्देश्य हो। यस संस्कारमा बच्चालाई सूर्य र चन्द्रमाको प्रकाश देखाउने विधान छ। सूर्यको तेज तथा चन्द्रमाको शीतलतासँग अवगत गराउनु नै यस संस्कारको मूलभूत उद्देश्य हो। बच्चालाई तेजस्वी तथा नम्र बनाउनु यस संस्कारको महत्त्व हो। यस दिन देवीदेवताको दर्शन गरी बच्चाको दीर्घायु र सफल जीवनको कामना गरी आशीर्वाद लिइन्छ। यो संस्कार जन्मेको चौथो महीनामा गर्ने चलन छ। बच्चाको शरीर जन्मेको तीन महीनासम्म बाहिरी वातावरण जस्तै कडा घाम र तेज हावा आदिको अनुकूल हुँदैन। त्यसैले लगभग तीन महीनासम्म बच्चालाई सावधानीपूर्वक घरमा राख्नुपर्छ। यसपछि, बिस्तारै बाह्य वातावरणको सम्पर्कमा आउन दिनुपर्छ। यस संस्कारको तात्पर्य यो हो कि बच्चा समाजको सम्पर्कमा आएर सामाजिक परिस्थितिहरूसँग परिचित होस्।

(बाँकी पाँचौं पातामा)

दी अमेरिकन लाइफ–३९

कम्युनिस्टहरूको आँखनमा अमेरिका

अमेरिकालाई कम्युनिस्टहरूको आँखाले हेर्नु ठूलो भूल गर्नु हो। कम्युनिस्टहरूले भनेझैं अमेरिका न त साम्राज्यवादी हो, न त आफ्नै गरीब जनताको, न त विश्वका गरीब जनताको शोषण गर्ने घोर पूँजीवादी हो। उल्टो अमेरिकाले पूँजीवादको व्यावहारिक उपयोग आफ्नो जनताको सुख, सुविधा र सुरक्षा वृद्धिको लागि गरेको छ। सामाजिक सुरक्षाको व्यवस्था गरेर अमेरिकाले आफ्ना सामान्य नागरिक (सरकारी वा अर्धसरकारी कार्यालयमा काम नगरेका)हरूलाई पनि निवृत्तिभरणजस्तो प्रतिमहीना आर्थिक सहयोगस्वरूप भत्ता दिन्छ। तोकिएको उमेर पुगेकाहरूलाई औषधि र उपचार खर्च दिन्छ। यस किसिमको व्यवस्था गर्नु समाजवादी व्यवस्थाअनुरूप आफ्नो जनतालाई सेवा प्रदान गर्नु हो।

कम्युनिस्टहरूले भनेझैं अमेरिकाले आफ्नो जनतालाई दुःख दिएको छैन। आफ्नो जनताको आर्थिक, सामाजिक एवं राजनीतिक शोषण गरेको छैन। अमेरिकाका नेताहरूले जनतामाथि तानाशाही गरेका छैनन्। यसैगरी, अमेरिकाले विश्वका अन्य राष्ट्रहरूमा पुगेर अनेक राष्ट्रका आन्तरिक मामिलामा हस्तक्षेप गरेर अनेक राष्ट्रलाई दुःख पनि दिएको छैन। यो यथार्थ कम्युनिस्ट नजरले भने देखिंदैन। उल्टो कम्युनिस्ट देशका शासकहरूले कम्युनिज्मको नाममा वर्षौं शासन गरेका छन्। सत्ता र कुर्सी छाडेका छैनन्।

अनेक देशहरूमा पुगेर अमेरिकाले दादागिरी देखाएको छैन भन्ने कुरा अमेरिका बसेपछि, यहाँको समाजलाई भोगेपछि, यहाँको राजनीति बेहोरेपछि थाहा हुन्छ। अमेरिकाभित्र बसेर अमेरिकालाई नभोगेसम्म यो तथ्य थाहा

धारावाहिक

विश्वराज अधिकारी
akoutilya@gmail.com

हुँदैन। तर यसको विपरीत केवल कम्युनिस्टहरूको कुरा सुन्ने हो भने अमेरिका साँच्चिकै दादा राष्ट्र लाग्छ। अरूको मामिलामा खुट्टा अड्काउने राष्ट्र लाग्छ। संसारलाई दुःख दिने राष्ट्र लाग्छ।

अमेरिका साँच्चिकै दादा राष्ट्र भएको भए संसारभरिका मानिसहरू अमेरिका आउन मरिहत्ते गर्ने थिएनन्। अमेरिका आउने महान् सपना पाल्ने थिएनन्। यदि अमेरिकाले आफ्नो प्रवेशाज्ञा नीति अझै खुकुलो गर्ने हो भने अमेरिका प्रवेश गर्नेहरूको सङ्ख्या तेब्बर, चौब्बर हुनेछ। संसारको आधा जनसङ्ख्या अमेरिकामा आइपुग्नेछ। यो अतिरञ्जित कुरा होइन।

कम्युनिस्टहरूको भनाइ अनुसार अमेरिका दादा राष्ट्र हुँदो हो त बर्सेनि हजारौं व्यक्तिले ज्यान नै जोखिममा राखेर गैरकानूनीरूपमा अमेरिका प्रवेश गर्ने जोखिम लिने थिएनन्। गैरकानूनीरूपमा अमेरिका प्रवेश गर्ने क्रममा ज्यान फाल्ने थिएनन्।

कम्युनिस्टहरूले अमेरिकाको किन आलोचना गरेका होलान् ?

कम्युनिस्टहरूले एउटा कागजको बाघ बनाउँछन्। त्यो बाघ देखाएर गरीबहरूलाई 'यो बाघले तपाईंहरूलाई खान्छ' भनेर तर्साउँछन्। अर्थात् कम्युनिस्टहरूले आफ्नो स्वार्थसिद्धिका लागि जहिले पनि एउटा कृत्रिम शत्रुको निर्माण गर्छन्। र, त्यो कृत्रिम शत्रुको विरुद्धमा जनतालाई आफ्नो पक्षमा, आफ्नो स्वार्थपूर्तिका लागि सङ्गठित गर्छन्। र, त्यसरी सङ्गठित भएको जनतालाई आफ्नो पक्षमा, आफ्नो उद्देश्यपूर्तिमा उपयोग गर्छन्। कम्युनिस्टहरूको यो 'कागजी बाघ' रणनीति संसारभरिका कम्युनिस्टहरूले उपयोग गर्छन् र यो रणनीति सफल भएको छ पनि।

अमेरिकाको घोर आलोचना गर्नु, नित्य गर्नु, विश्वास लाग्ने किसिमबाट गर्नु कम्युनिस्टहरूको 'कागजी बाघ रणनीति' अन्तर्गत पर्छ। कम्युनिस्ट शासकहरूले, कम्युनिस्ट नेताहरूले र कम्युनिस्ट सरकारहरूले उल्टो आफ्नो जनतालाई अति दुःख दिएका छन्। छिमेकी देशहरूलाई दुःख दिएका छन्। उनीहरूको सीमा अतिक्रमण गरेका छन्।

कम्युनिज्म एउटा सपना हो, जुन सपना देखाएर कम्युनिस्ट नेताहरूले सत्तारोहण गर्छन्। सत्तालाई आफ्नो स्थायी घर बनाउँछन्। यो कार्य गर्नमा संसारभरिका कम्युनिस्टहरूले सफलता प्राप्त गरेका छन्। यो सपना देखाएर नेपालका कम्युनिस्टहरूले वर्षौंदेखि गरीब नेपालीहरूको चरम शोषण गर्दै आएका छन्।

अमेरिकालाई आफ्नै आँखाले हेरेर, आफैंले भोगेर, तथ्य र जानकारीहरूको कसीमा राखेर मात्र अमेरिकाप्रति धारणा बनाउनु असल हुन्छ। कम्युनिस्टहरूको आँखाले अमेरिकालाई हेर्ने भने अमेरिका 'दादा' राष्ट्र लाग्नु अस्वाभाविक होइन।

अमेरिकालाई 'अवसरहरूको देश' भन्दै अमेरिका छिर्न खोज्नेहरूको सङ्ख्या दिन प्रतिदिन वृद्धि नै हुने क्रममा छ।

मनोप्रभावी अथवा साइकोएक्टिभ औषधिबाट हुने मानसिक रोग

औषधि त्यसलाई भनिन्छ, जसले शरीरभित्र गएपछि एक वा बढी अङ्गको कार्यमा परिवर्तन ल्याइदिन्छ। मनोप्रभावी औषधि ती हुन्, जसले मस्तिष्कको कार्यलाई कम वा बेसी मात्रामा प्रभावित गर्छन्। यो औषधि नै हो, जसको उचित मात्राको प्रयोगले रोगलाई निको पार्छ र यो औषधि नै हो, जसको जथाभावी प्रयोगले जहरको काम गर्छ। त्यसैले त भनिन्छ कि औषधि नै विष र विष नै औषधि हो। सर्पदंशको उपचार त सर्पको विषबाट नै गरेको दिनहुँ हामीले देख्छौं। यो विष शरीरमा चार प्रकारले परिलक्षित हुन्छन्– १. एक्युट इन्टोक्सिकेशन अथवा औचक विषाक्तता, यो एक्कासि भएको विषाक्तता हो, जो एकैपटक धेरै मात्रामा मनोप्रभावी औषधि लिएपछि मानिसको चेतनाशक्तिमा प्रभाव पार्छ। यो उपचार अथवा औषधि लिन बन्द गरेपछि मानिस फेरि पूरै ठीक हुन्छ अथवा पछिसम्म पनि केही असर छाडेर जान सक्छ। २. विथड्रवल स्टेट अथवा औषधि छाडेमा हुने अवस्था, यो त्यो अवस्था हो, जो मानिसले खाइरहेको औषधि छाडेपछि देखिन्छ, जसमा हातखुट्टामा कम्पन, चक्कर आउने, भोक नलाग्नेदेखि छारेरोगसमेत देखिन सक्छ। ३. डिपेन्डेन्सी अथवा निर्भरता : जब मानिसले साइकोएक्टिभ औषधि लामो अवधिसम्म खाइराखेको हुन्छ, तब उसको त्यस औषधिमा निर्भरता यति विघ्न बढ्छ कि मानिसले त्यसलाई नखाई रहनै सक्दैन। मानिस त्यसलाई खोज्न जस्तोसुकै उपाय गर्छ। ४. हार्मफुल प्रयोग : तपाईंलाई केही समयपछि कार चलाउनु छ। तापनि तपाईंले पार्टीमा इच्छाभरि रक्सी खान छोड्नुहुन्न। नतीजा दुर्घटना हुन्छ। यही हार्मफुल युज अथवा जानीजानी नोक्सानदेह प्रयोग हो।

अब कुरा उठ्छ कि यस्ता साइकोएक्टिभ औषधि कुन कुन हुन ताकि हामी सावधानी अपनाउन सकौं। ती हुन्– अल्कोहल अथवा रक्सी, ओप्वायड अथवा अफिमले बन्ने औषधि, कानाविन्वायड अथवा गाँजा र भाङ्गले बनेका औषधि, कोकेन, एम्फेटामिन, एलएसडी, सिडेटिभ र हिप्नोटिकहरू अर्थात् शान्त पार्ने र मोहित पार्ने औषधि, भोलाटाइल घोलहरू, निकोटिन तथा अर्का उत्तेजकहरू जसरी कैफिन आदि।

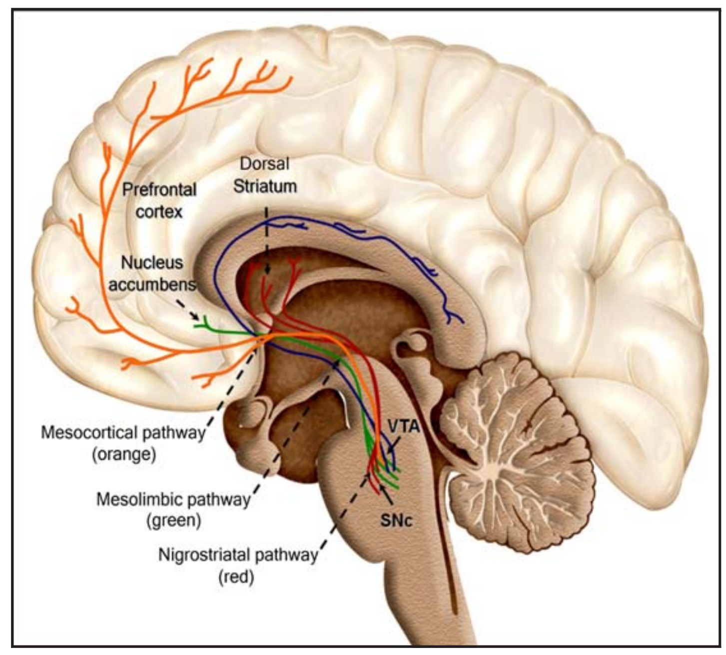
अल्कोहलको स्थान सर्वप्रथम आएको छ किनभने अल्कोहल मात्र यस्तो विष हो, जसले दुनियाँभरिमा सामाजिक स्वीकृति पाएको छ। हाम्रो नेपालमा त यो उखान प्रचलित छ– 'सूर्य अस्त, नेपाल मस्त।' अमेरिकाको पानपसलमा जसरी बन्दुक पाइन्छ, त्यसरी नै हामीकहाँ रक्सी पाइन्छ। मेरो गाउँका प्रत्येक पसलमा नवयुवक सामान लिन आउँछन् र एक पाउच त्यहीं गटकेर जान्छन्। रोचक त यो छ कि दुनियाँका प्रत्येक महान् पुरुषले यसको विरोध गरेका छन् तर यसको लत दिनदिनै बढि नै रहेको छ। गाँधीको नक्शे कदममा चलेर नितीश कुमारले शराबबन्दी गरेका छन् तर त्यसै बिहारमा विषाक्त रक्सी खाएर दिनहुँ मानिस मरि रहेका छन्। एक त रक्सी आफैं विष हो। त्यसमा पनि विषाक्त रक्सी कस्तो होला कल्पना गर्न सकिन्छ। आज यसै रक्सीको बारेमा विस्तृत वर्णन गरौं। रक्सीले मस्तिष्कमा मात्र होइन, शरीरका अन्य अङ्गमा पनि नराम्रो असर पार्छ। यो लेख केवल मनोरोगसम्बन्धी भएपनि अल्कोहलका सबै आयामको यहाँ वर्णन गरिनेछ। अल्कोहल औषधि कसरी हो भन्ने कुरा त यसैले थाहा हुन्छ कि प्रायः औषधिहरू अल्कोहल बेसमा बनाइन्छन् अर्थात् लगभग सबै औषधिमा अल्कोहल हुन्छ, जसलाई एक शाकाहारीले पनि खुशी खुशी खान्छ। मैले विगतमा विवरण दिनुभन्दा पहिले उदाहरण दिएर सम्झाउने कोशिश गरेको थिएँ। अतः यसमा पनि एउटा उदाहरणले नै शुरू गरौं।

वाटिका

डा शिवशङ्कर यादव
shivshankaryadav3398@gmail.com

अल्कोहलले गर्दा विश्वमा तीन मिलियनभन्दा बढी मानिसको मृत्यु हुन्छ। जुन क्षयरोग, एड्स र मधुमेहबाट हुने मृत्युभन्दा पनि बढी हो। अल्कोहलले गर्दा २८.५ प्रतिशत दुर्घटनाले, २१.३ प्रतिशत पेटको रोगले र १९ प्रतिशत कार्डियोभास्कुलर रोगले मृत्यु हुन्छ। विश्वमा करेन्ट अल्कोहोलिकको सङ्ख्या २.३ मिलियन छ भने परकैपिटा अल्कोहलको खपत ५.५ लिटर छ।

मेरो गाउँको एक नवयुवक धेरै कुशाग्र थियो। उसको बिहे भयो र दुर्दिन शुरू भयो। फ्रस्टेसनले उसले रक्सीलाई अँगाल्यो। भनिन्छ कि पहिले मानिसले रक्सीलाई खान्छ पछि रक्सीले मानिसलाई खान्छ। नवयुवक अब रक्सीविना रहन नै नसक्ने स्थितिमा पुग्यो। हुँदाहुँदा खाली पेट बिहानै रक्सी खान शुरू गऱ्यो। केही दिनमा उसको कलेजो खराब भयो। लिभर सिरोसिसले पहिले पेट र फेरि पूरै शरीर नै बीभत्स तरीकाले पानी भरिएर फुल्यो। त्यस्तोमा हतपत सबैलाई चढाउने रगत पनि चढाउन सकिंदैन। त्यसको उपचार लिभर ट्रान्सप्लान्टेशन हो, जुन नेपालमा उपलब्ध थिएन। एक चिकित्सकले साधारण रोगको जस्तो रगत चढाइदियो। नवयुवक जो स्पेशल रगतले केही दिन बाँच्न सक्थ्यो, मऱ्यो।



रक्सी निम्नलिखित प्रकारका हुन्छन्: अब्सोल्युट अल्कोहल, जसलाई शुद्ध अल्कोहल पनि भनिन्छ, यसमा ९९.९५ अल्कोहल हुन्छ। त्यस्तै, रेक्टिफायड स्प्रिटमा ९५ प्रतिशत, ह्वीस्कीमा ४० देखि ५० प्रतिशत, रममा ५१ देखि ५९ प्रतिशत, ब्रान्डीमा ४० देखि ५० प्रतिशत र बियरमा दुईदेखि छ प्रतिशत अल्कोहल हुन्छ।

अल्कोहलले गर्दा विश्वमा तीन मिलियनभन्दा बढी मानिसको मृत्यु हुन्छ। जुन क्षयरोग, एड्स र मधुमेहबाट हुने मृत्युभन्दा पनि बढी हो। अल्कोहलले गर्दा २८.५ प्रतिशत दुर्घटनाले, २१.३ प्रतिशत पेटको रोगले र १९ प्रतिशत कार्डियोभास्कुलर रोगले मृत्यु हुन्छ। विश्वमा करेन्ट अल्कोहोलिकको सङ्ख्या २.३ मिलियन छ भने परकैपिटा अल्कोहलको खपत ५.५ लिटर छ। अमेरिका र युरोपमा दुनियाँमा हुने खपतको आधाभन्दा बढी खपत हुन्छ।

एक्युट अल्कोहोलिक इन्टोक्सिकेशन:

यसको मतलब कोही मानिस जो सिकारु छ र कम अन्तरालमा कम्ती मात्रामा लिए पनि बढी भएको हुनाले वा एकैचोटि आवश्यकताभन्दा बढी मात्रा पिएपछि हुने अवस्था हो यो। यसमा सर्वप्रथम मानिसलाई खुशी, आत्मसन्तुष्टि र फुर्ती जस्तो महसूस हुन्छ। मुख र छालाको फ्लसिङ हुन्छ तथा मानिस अत्यधिक स्वतन्त्र व्यवहार गर्न पुग्छ। त्यसपछि बिस्तारै आत्मनियन्त्रण समाप्त भई मानिस धेरै बोल्न थाल्छ, जुन बढ्दै गएर रूखो व्यवहार, उदासी हुने, क्रोधित हुने, वादविवादमा परिणत हुन्छ। त्यसपछिको अवस्थामा भ्रम, सुस्त ग्रहणशक्ति, मांसपेशीको तारतम्य नमिलेको, मधुरो आवाज, अस्पष्ट दृष्टि र एक प्रकारको मूर्छा हुन्छ। यो अवस्था रक्सी बन्द गरेपछि केही समयमा ठीक हुन्छ, जुन बान्ताको रूपमा देखा पर्छ। त्यसलगत्तै निद्रा लाग्छ, तीव्र टाउको दुखाइ र ग्यास्ट्रिक गडबडीले समात्छ। यो त भयो ठीक हुने कुरा तर ठीक नहुन पनि सक्छ।

त्यस्तो अवस्थामा मानिस बिस्तारै बेहोश हुन्छ, कहिलेकाहीं हाइपोग्लासिमियाँ, खास प्रकारको श्वासप्रश्वास, धडकन बढ्दै जाने, सासबाट अल्कोहलको दुर्गन्ध आउने, आँखाको नानी पहिले त फैलिने तर पछि सङ्कुचित हुने हुन्छ। यदि लाइट आँखामा बालियो र नानीमा प्रतिक्रिया आयो भने यो राम्रो लक्षण हो तर प्रतिक्रिया नआए हालत नाजुक छ भने बुझिन्छ। यसको अलावा सिर जता घुम्छ, त्यतै आँखा पनि घुम्छ, जसलाई अल्कोहोलिक गेज निस्टेग्मस भनिन्छ। मृत्यु भयो भने त्यो रेसपिरेटरी मांसपेशीको पारालिसिस भएर एसफिक्सियाले हुन्छ। अति धेरै मात्रा खाएपछि मृत्यु एक्कासि पनि हुन सक्छ। कहिलेकाहीं मृत्युभन्दा पहिले कपकपी हुन्छ, जसलाई मानिसले बाँच्ने आशाको रूपमा लिन्छ तर मानिस त्यसपछि शान्त हुन्छ अथवा मृत्यु हुन्छ। अक्सर एकजना मानिसले १५० देखि २०० मिली शुद्ध रक्सी लिएपछि त्यो मृत्युकारक हुन्छ, जुन १२ वर्ष कम्ती उमेरमा ६० मिलीमा नै देखिन्छ। तापनि यो बानी उमेर र मात्रामा निर्भर गर्छ। मृत्यु अक्सर १२ देखि २४ घण्टामा हुन्छ अथवा कहिलेकाहीं मिनेटमा वा कहिलेकाहीं पाँच दिनसम्ममा हुन्छ। यसको उपचारको लागि पेटमा भएको सबै खानालाई लभाज अथवा बाहिर निकालिन्छ पाइपद्वारा तर यसमा बान्ता गराउने औषधि दिएर खाना निकाल्ने प्रयास बिल्कुल गर्नुहुँदैन। यसमा शरीरको तापक्रम कम भएर जान्छ र सोको लागि कम्बल ओढाएर शरीरको तापक्रम बढाइन्छ। त्यसपछि स्ट्रङ कफी मुख अथवा एनिमाले दिइन्छ। यसमा एसिडोसी हुन्छ, त्यसलाई रोक्न सोडिवाइकार्ब चार ग्राम मात्रामा दिइन्छ। १० प्रतिशत ग्लुकोजको १००० मिलीमा १५ युनिट इन्सुलिन, २०० मिलीग्राम भिटामीन बी१ र नियासिनामाइड तथा १००० मिलीग्राम भिटामीन सी मिलाएर दिइन्छ। यसको अलावा निरन्तर आक्सिजन दिनुपर्छ। यदि मानिसमा बेचैनी छ भने मिफेन्सिन नामक औषधि र ब्रेनमा सुजन छ भने मैनिटोल नामक औषधि नसाबाट दिइन्छ। याद राख्नुपर्ने कुरा यो पनि छ कि यस्ता रोगीको उपचार

(बाँकी पाँचौं पातामा)

आनन्दको खोजी : मनको अन्तर्यात्रा

- हरिकृष्ण बराल
(राधामाधव स्वामी)
मुर्ली बगैंचा, वीरगंज

पुरानो जमानामा शिक्षाको प्रचारप्रसार धेरै थिएन। मानिसहरूको मनमा विचारहरूको सङ्ग्रह पनि धेरै थिएन। त्यही भएर ध्यानमा जान पनि सजिलो थियो। भगवान् बुद्धले भिक्षुहरूलाई भन्नुभयो– आफ्नो आउँदै जाँदै गरेको श्वासप्रति जागरूक भयौं भने तिमी साक्षीमा प्रवेश गर्न सक्नेछौ। यो कुरा त्यो बेला बिल्कुल सुगम थियो।

मनोवैज्ञानिकहरूको अध्ययन अनुसार उनीहरू भन्छन्– आजभन्दा छ सय वर्ष पहिले एउटा मानिसले जति सूचना प्राप्त गर्थ्यो, आज एउटा महानगरमा बस्ने मानिसले त्यसको छ सय गुना बढी सूचना दिनहुँ प्राप्त गर्ने गर्छ। मानिसलाई ती सूचनाहरूको सामना गर्न धेरै कठिनाइ भइरहेको छ। यी विचारहरूको भारी बोझलाई बिसाउनुपर्छ। तबमात्र हामी शान्त हुन सक्नेछौं, अनिमात्र साक्षीभावमा जान सक्नेछौं। अर्को कुरा, जसरी जसरी सभ्यताको विकास भयो, त्यसरी त्यसरी नै मानिसहरूलाई भावनाहरूको दमन गर्न सिकाइयो। संस्कृतिको मतलब नै प्रकृतिको दमन हो। मानिस आफ्नो क्रोधलाई सहजतासाथ व्यक्त गर्न सक्दैन किनकि समाजको मर्यादाले गर्दा यो गर्न मिल्दैन। यो क्रोध सहजतासाथ निस्कन नसकेपछि हामीभित्रै दबेर बस्छ। यस्तै, धेरै नकारात्मक भावनालाई हामी दबाएर राख्छौं। यी भावनाहरूलाई हामी सहजतासाथ प्रकट गर्न सक्दैनौं किनकि समाजले यसको अनुमति दिंदैन। तर हामी जब ध्यानमा शान्त हुने कोशिश गर्छौं, साक्षी बन्ने कोशिश गर्छौं, त्यस बेला यी नकारात्मक भावनाहरूले हामीलाई त्यो भावमा जान अवरोध सिर्जना गर्ने गर्छन्।

खासगरी हामीले याद राख्नुपर्ने दुईवटा कुरा छन्। मनको तलमा धेरै विचार सङ्ग्रह भएका छन्। स्मृति अति धेरै भएको छ र हृदयको तलमा भावनाहरूको दमन भएको छ। यसको साथसाथै शरीरको तलमा पनि धेरै मुश्किल खडा भएका छन्। यी दमन भएका विचारहरू, भावनाहरू जो स्वःस्फूर्तरूपमा निस्कन पाएनन्, यिनीहरू अधूरै रहन गए, बीचैमा अड्किए।

शरीरको तलमा पनि हाम्रा भावनाहरू दमित भएर, रोकिएर बसेका छन्। जनावरहरू रिसाए भने उनीहरू आफ्ना दाराहरू, नङ्ग्राहरू, सिंगहरूको उपयोग गरेर चिथोर्ने, टोक्ने तयारीमा लाग्छन्। जब क्रोध हामीभित्र आउँछ, तब हाम्रो शरीरले पनि त्यसको तैयारी गर्छ। हामी दारा किट्छौं, मुठी बाध्छौं, हात उज्याउँछौं तर हामी मस्तिष्कले दिएको आज्ञाको पालना गर्दैनौं। पाखण्डीले जस्तै आचरण गर्दै न कसैलाई टोक्छौं, न कसैलाई पिट्छौं, मस्तिष्कका सबै प्रक्रियालाई बीचमा नै रोकिदिन्छौं। हाम्रो मस्तिष्कको प्रणाली अनुसार मस्तिष्कबाट मांसपेशीलाई आदेश आउँछ, यो आदेशको सँगसँगै धेरै किसिमका हार्मोन तथा रसायनहरू निस्कन्छन् तर मस्तिष्कले दिएको आदेशको प्रक्रिया बीचमैं रोकिएपछि यी हार्मोन तथा रसायनहरूले निकास पाउँदैनन् र शरीरलाई नै हानि गर्छन्, स्वाभाविक सन्तुलनलाई बिगार्छन्।

यस प्रकार तीनै तलमा अर्थात् मन, हृदय अनि शरीरको तलमा सप्रेशन छ। जब कुनै व्यक्ति शान्त हुन खोज्छ अथवा ध्यानमा डुब्न खोज्छ, तब यी तीनवटै तल उसलाई शान्त हुन तथा ध्यानमा जान अवरोध सिर्जना गरिदिन्छन्। उसलाई अनेक प्रकारले बाधा उत्पन्न गर्छन्। शरीरमा एक प्रकारको बेचैनी पैदा गरिदिन्छन्, उसलाई स्थिर आसनमा बस्न गाऱ्हो बनाइदिन्छन्। शरीरमा कतै दुख्ने, कतै चिलाउने हुन थाल्छन्। शरीरमा भएको बेचैनी, कम्पन, तनावको कारणले गर्दा शिथिलता हुनै सक्दैन।

मनको तलमा विचारहरूको भीड छ। पढेलेखेको मान्छेभित्र एउटा पुस्तकालय नै खुलेको हुन्छ। दिनभर मोबाइलमा कुरा गर्छ, इन्टरनेटमा के के खोजिरहन्छ। मनभरि चित्रहरू खेलिरहन्छन्, मन शान्त हुन सक्दैन।

फेरि हृदयको तलमा दबेर बसेका भावनाहरूलाई छिचोलेर पार हुन धेरै मुश्किल छ, किनकि यी भावनाहरू प्रभु निर्मित प्रकृतिले दिएको थियो र मनुष्य निर्मित संस्कृतिले उसलाई दबाउन सिकाएको छ।

हामीले याद राख्नुपर्ने कुरा के छ भने संस्कृति भनेको माथिमाथिको बोक्रा हो, चुरो भनेको प्रकृति हो। प्रकृति धेरै शक्तिशाली छ। संस्कृति हाम्रो सतही चेतन मनमा हुन्छ। प्रकृति हाम्रो अवचेतन मनमा गहिरोरूपमा बसेको हुन्छ। हाम्रो चेतन मन जम्मा मनको १२ प्रतिशत मात्र हुन्छ। बाँकी ८८ प्रतिशत हिस्सा अवचेतन मनले लिएको हुन्छ। त्यसैले हामी भन्न सक्छौं, अवचेतन मन बलियो हुन्छ।

यी भावनाहरूसँग कसरी पार जाने ? यत्तिकै ध्यान गर्न बस्यो भने मानिस अझ धेरै अशान्त हुन्छ। त्यही भएर आधुनिक मानिसहरूको लागि भनेर केही उपाय रचिएका छन्। सबैभन्दा पहिले आसन लगाउन भनिन्छ, त्यसपछि श्वासलाई हेर्न भनिन्छ, त्यसपछि प्राणायाम गर्न भनिन्छ, अनिमात्र ध्यानमा जान भनिन्छ। किनकि यी ध्यानपूर्व गरिने क्रियाहरू ध्यानका भूमिका हुन्, यी ध्यान भने होइनन्।

ओशो भन्नुहुन्छ– पहिले रेचन गर, केथार्सिस गर, तिमीभित्र लुकेर बसेका कुराहरूलाइ निस्कन देऊ। यदि तिमीलाई चिच्याउन मन छ भने चिच्याऊ। कसैलाई व्यवधान हुन्छ भने आवाजरोधी कोठा बनाऊ। रुन मन छ भने रोऊ, हाँस्न मन छ भने हाँस, गाउन मन छ भने गाऊ, भुइँमा लडिबुडी गर्ने भाव छ भने बच्चाले गरे जस्तै लडिबुडी गर, घुस्सा मार्न मन छ भने एउटा काल्पनिक शत्रुको पुतला बनाएर त्यसलाई हिर्काऊ। सुरक्षित तरीकाले मनमा गुजुल्टिएर बसेका भावनाहरूलाई निकाल्न सिक। यसको लागि शरीरलाई पूर्णरूपमा सामेल गराऊ किनकि तन, मन, हृदय अर्थात् कर्म, विचार तथा भाव सबै थोकमा दमन छ। १०–१५ मिनेट यस्ता क्रियाहरू गर्नाले सरल हुन सकिन्छ, शान्त हुन सकिन्छ। त्यसपछि ध्यानमा, साक्षीमा डुबुल्की मार्न सकिन्छ।

क्रमशः

अन्तर्राष्ट्रिय समाचार

ड्रोन आक्रमणमा परी चारजना सरकारी सैनिकको मृत्यु

तस्वीरः एजेन्सी

एडेन, १५ असार/सिन्हवा

हुथी मिलिसियाले गरेको ड्रोन आक्रमणमा बिहीवार दक्षिणी प्रान्त धलियामा चारजना यमनी सरकारी सैनिकको मृत्यु भएको एक सैनिक अधिकारीले सिन्ह्वालाई बताएका छन्।

हुथी मिलिसियाले विस्फोटक पदार्थले भरिएको ड्रोन तैनाथ गरी धलियाको उत्तरी क्षेत्रहरूमा सरकार समर्थक सेनाका सैन्य प्रतिष्ठानहरूलाई निशाना बनाएको नाम नछाप्ने शर्तमा एकजना अधिकारीले बताएका छन्।

उनले सो ड्रोन आक्रमणमा चारजना सैनिकको मृत्यु भएको र थुप्रै घाइते भएका उल्लेख गरेका छन्। आक्रमणले सैन्य क्षेत्रलाई क्षति पुऱ्याएको र सशस्त्र गाडी पूर्णरूपमा नष्ट भएको पनि जानकारी दिएका छन्।

अधिकारीका अनुसार हुथीहरूले दक्षिणी प्रान्तहरूका अन्य मोर्चाहरूमा पनि सैन्य आक्रमणलाई तीव्रता दिँदै आएका छन्।

यमन सन् २०१४ देखि विनाशकारी गृहयुद्धमा फसेको छ। हुथीहरू अन्तर्राष्ट्रियरूपमा मान्यताप्राप्त यमनी सरकारविरुद्ध लडिरहेका छन्।

संयुक्त राष्ट्रसङ्घले सन् २०२२ अप्रिलमा यमनमा मानवीय युद्धविरामको मध्यस्थता गरेको थियो।

शुरूमा हिंसालाई उल्लेखनीयरूपमा घटाएर शान्तिपूर्ण समाधानको आशा पनि जगाएको थियो। तर गत वर्षको अक्टोबरमा युद्धविरामको म्याद सकिएपछि देशका विभिन्न क्षेत्रमा छिटपुट सशस्त्र भिडन्तहरू पुनः शुरू भएका छन्।

संयुक्त राष्ट्रसङ्घले द्वन्द्वको राजनीतिक समाधानका लागि मध्यस्थता गर्ने काम गरिरहेको छ तर युद्धरत पक्षहरूबीचको विश्वासको कमी र त्यहाँ जारी हिंसालगायतका कारण विगतका प्रयासहरू असफल भएका छन्। रासस

कराँचीमा व्यक्तिगत दुश्मनीका कारण तीनजनाको मृत्यु

कराँची, १५ असार/एएनआई

कराँचीको बल्दिया शहरमा सशस्त्र अपराधीहरूले 'व्यक्तिगत दुश्मनी'को कारण गोली चलाउँदा कम्तीमा तीनजनाको मृत्यु भएको छ भने एक चार वर्षीय बालक गोली लागेर घाइते भएका छन्।

एआरवाई न्युजले बिहीवार जनाए अनुसार घटना बल्दियाको रसिदाबाद क्षेत्रमा भएको थियो, जहाँ सशस्त्र अपराधीहरूले तीनजना नागरिकको हत्या गरी चार वर्षीय बालकलाई गोली हानेर घाइते बनाएका थिए। प्रहरीले विज्ञप्ति जारी गर्दै घाइतेहरूलाई गोली लागेको र उपचारको लागि स्थानीय अस्पतालमा लगिएको जनाएको छ।

मृतकहरू मोहम्मद जुनैद, इम्तियाज, सिफान र महम्मद अयान रहेको प्रहरीले जनाएको छ।

प्रहरी उपरीक्षक बल्दियाले प्रारम्भिक अनुसन्धानमा व्यक्तिगत इबीका कारण घटना भएको पाइएको बताएका छन्।

यसअघि मार्चमा कराँचीको कश्मीर रोड क्षेत्रमा व्यक्तिगत दुश्मनीका कारण अज्ञात आक्रमणकारीहरूले एक नागरिकको गोली हानी हत्या गरेका थिए। रासस

आइएमएफ र पाकिस्तानबीच तीन अर्ब डलरको स्टयान्डबाई सम्झौता

इस्लामाबाद, १५ असार/एएफपी

पाकिस्तानले बिहीवार वाशिङ्टनमा आइएमएफले तीन अर्ब डलरको नयाँ स्टयान्डबाई सम्झौताको व्यवस्था गरेसँगै केही राहत अनुभव गरेको छ। चुलिंदो वैदेशिक ऋणले आक्रान्त बन्दै गएको देशमा यसले अस्थायी राहत अनुभव गर्नेछ।

अर्थतन्त्र भुक्तान सन्तुलनको सङ्कटबाट प्रभावित भएको पाकिस्तानमा महीनौंदेखिको राजनीतिक अराजकताले सम्भावित विदेशी लगानी भित्रिने वातावरण पनि बिथोलिन सक्ने प्रक्षेपण गरिएको छ।

हाल मुद्रास्फीति ह्वात्तै बढेको छ। मुद्रा अवमूल्यनको जोखिम बढ्दो छ।

आइएमएफका अधिकारी नाथन पोर्टरले भनेका छन्– "म यो घोषणा गर्न पाउँदा खुशी छु, अन्तर्राष्ट्रिय मुद्रा कोषको टोलीले पाकिस्तानी अधिकारीहरूसँग एसडिआर २, २५० मिलियन (लगभग ४३ बिलियन)को रकममा नौ महीनाको स्टयान्डबाई व्यवस्थामा कर्मचारीस्तरको सम्झौतामा भएको छ।"

यो सङ्ख्याले पाकिस्तानको अन्तर्राष्ट्रिय मुद्रा कोष कोटाको १११ प्रतिशत प्रतिनिधित्व गर्छ।

यो सम्झौता जुलाईको मध्यमा आइएमएफको कार्यकारी बोर्डले अनुमोदन गर्नुपर्ने पनि पोर्टरले उल्लेख गरेका छन्।

सन् २०१९ मा सहमत भएको ४ ६.५ अर्ब बेलआउट प्याकेजको अन्तिम किस्ताको लागि कोषसँग पाकिस्तानको वार्ता नोभेम्बरदेखि रोकिएको छ। सरकारले सम्झौताका आवश्यकताहरू पूरा गर्न प्रयास गर्ने उद्देश्यले राष्ट्रिय बजेटमा अन्तिम मिनेटमा परिवर्तन गरेको छ। रासस

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

यहाँ स्तरीय छपाईसम्बन्धी सम्पूर्ण कार्य गरिन्छ।
बिल, बूक, खाता
क्यालेन्डर, ब्रोसर, पोस्टर
विवाह कार्ड, लेटरप्याड
पुस्तक, डायरी
भिजिटिङ कार्ड
फ्लेक्स, ब्यानर
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: eprateekdaily.com

सामी कार्यक्रमबारे अन्तर्क्रिया

प्रस, पर्सागढी, १५ असार/

पर्सागढी नगरपालिका अन्तर्गत सञ्चालित आप्रवासी (सामी) कार्यक्रमबारे स्थानीय तहका सरोकारवालासँग शुक्रवार अन्तर्क्रिया भएको छ।

अन्तर्क्रियामा वैदेशिक रोजगारमा गएका युवाहरूको अवस्था, ध्यान दिनुपर्ने कुरा, कमाएको रकम कसरी सुरक्षित गर्नेलगायतका विषयमा छलफल भएको थियो।

प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत छविरमण भट्टराईको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा नगरप्रमुख गोकर्ण पाठक, सामी कार्यक्रमका फोकल पर्सन चन्द्रकिशोर राय, मनोसामाजिक परामर्शकर्ता आदेश ठाकुर, वडाध्यक्ष, सदस्यलगायतको सहभागिता थियो। कार्यक्रमको सहजीकरण रामाशङ्कर कुशवाहाले गरेका थिए।

जलवायु ...

वडा नं ३ बुद्धनगरको ओडारमा रोपाइँ महोत्सव आयोजना गर्दै धान दिवस मनाएको हो। वडाध्यक्ष शम्भु खड्काको अध्यक्षता एवं ठोरी गापा अध्यक्ष लालबहादुर श्रेष्ठको प्रमुख आतिथ्यमा सम्पन्न भएको कार्यक्रममा जिल्ला समन्वय समिति, पर्साका उपसभापति पुरनप्रसाद कुर्मी, पूर्वउपसभापति ठाकुरप्रसाद न्यौपाने, भेटेरिनरी अस्पताल तथा पशु सेवा विज्ञ केन्द्रका प्रमुख डा राजकिशोर साह, कृषि औजार अनुसन्धान निर्देशनालय मधेस प्रदेशका निर्देशक डा विपी यादव, कृषि ज्ञान केन्द्र, पर्साका प्रमुख मुनीलाल प्रसाद, जीराभवानी गापा–४ का अध्यक्ष राजेश्वरदास थारू, इलाका प्रहरी कार्यालय ठोरी, सशस्त्र प्रहरी बल बोर्डर आउट पोस्ट ठोरी, ब्रह्मनगरलगायत सुरक्षा निकायका अधिकारी एवं स्थानीय किसानहरूको सहभागिता थियो।

कार्यक्रममा प्रमुख अतिथि गापा अध्यक्ष श्रेष्ठले ठोरीलाई जहिले पनि विभेद र कम सेवासुविधा दिने आँखाले हेर्ने भएकोले यसमा परिवर्तन गर्नुपर्ने आवश्यकता रहेको औंल्याए। उनले ठोरीले मल, खाद, सिंचाइ, बिजुली र बजेटमा पनि विभेद खेप्दै आएको र त्यसलाई सच्याएर अगाडि बढ्नुपर्ने सुझाव दिए।

प्रस, कलैया/

प्रधानमन्त्री कृषि आधुनिकीकरण परियोजना कार्यान्वयन एकाइ बाराको आयोजनामा २०औं राष्ट्रिय धान दिवस बारामा पनि मनाइएको छ।

कलैया/

सुवर्ण गाउँपालिका–४ हर्दियामा सेमरमाई कृषि सहकारी संस्थाको सहआयोजनामा भएको कार्यक्रममा धान रोपाइँ महोत्सव आयोजना गर्दै यो दिवस मनाइएको हो।

सहकारी संस्थाका अध्यक्ष अशोककुमार यादवको अध्यक्षता एवं बाराका प्रमुख जिल्ला अधिकारी नवराज सापकोटाको प्रमुख आतिथ्यमा सम्पन्न कार्यक्रममा सुवर्ण गापाकी उपाध्यक्ष पूनम यादव, बाराका प्रहरी उपरीक्षक होबिन्द्र बोगटी, अनुसन्धान उपनिर्देशक अभिनयकुमार सिंह, कोष नियन्त्रक वीरेन्द्रप्रसाद घिमिरे, कृषि ज्ञान केन्द्रका प्रतिनिधि राजवंशी चौरसिया, सशस्त्र प्रहरी बल बाराका प्रनाउ रवीन्द्र सिलवालगायतको सहभागिता रहेको प्रधानमन्त्री कृषि आधुनिकीकरण परियोजना, बाराका प्रमुख हेमचन्द्रकुमार जैसवारले जानकारी दिए। कार्यक्रमको सहजीकरण आयोजक कार्यालयका कृषि अधिकृत आर्या जोशीले गरेका थिए।

ठोरी गाउँपालिका। तस्वीरः प्रतीक

रतनपुरमा धान दिवस मनाइयो

प्रस, निजगढ/

'असारे मास छिपछिपे हिलो बाउसेलाई पऱ्यो बल, जसोतसो रोपियो धान नपाइने हो कि मल' यो उद्गार २० औं राष्ट्रिय धान दिवसको होईन। यो त तराई–मधेश, पहाड, हिमाली भेगका आम किसानहरूका सत्य अनि अर्थात पीडा हो। जसो तसो बिउ, विजन रोपिन्छ। तर् आवश्यक समयमा आवश्यक मात्रामा न रासायनिक मलखाद, न त औषधी भिटामिनलाई उपलब्ध हुन्छ। यो वर्षौंदेखिको राष्ट्रिय समस्या हो। तर् पनि सामाधान हुन सकेको पाईदैन।

यता भने, राज्यले 'जलवायु अनुकूलित कृषकमैत्री प्रविधि, धान उत्पादनमा वृद्धि' नारा दिएर आज असार १५ गते देशभर राष्ट्रिय धान दिवस मनाउन संघिय सरकारले निर्देशन दिएका छन। सोही अनुसार निजगढ नगरपालिका ११ रतनपुरीमा निजगढ नपाको आयोजनामा सामुहिक धान रोपाइँ गरेको छ।

यस कार्यक्रमका प्रमुख अतिथि नगर उपप्रमुख सोममाया थिङ्ले उदघाटन गर्दै खेतीबाली उत्पादनलाई प्राथमिकतामा राखेर निजगढ नगरले नीति बनाएको बताउदै खेतीयोग्य जमीनको संरक्षण अहिलेको चुनौती रहेको बताईन्। वर्षौंदेखि रासायनिक खादमल संघिय सरकारद्वारा उपलब्ध गराउनु पर्ने भएपनि वर्षेनी मलको अभाव हुदै आई रहदा स्थानीय तह टुलूटुलु हेरेर बस्नुको अर्को कुनै विकल्प नभएको उनले भनिन्।

कार्यक्रमका विशिष्ठ अतिथि प्रमुख प्रशासकिय अधिकृत राजमणी निरौलाले मुलुकभरीको तथ्यांक हेर्ने हो भने, खेतीयोग्य जग्गा जमीन प्लटिङ्गमा परिणत हुदै गई रहेसंगै सरकारले भू–उपयोग नीतिलाई अवलम्बन गर्दै कडाईका साथ पालना गर्न नराउन स्थानीय तहहरूलाई परिपत्र गरी यस अघि नैं निर्देशन गरेको बताए। स्थानीय किसान, कृषकहरूले बिउ विजन रोपेर उत्पादनमा लाग्दै आई रहेपनि समयमा नैं रासायनिक मल लगायतका आवश्यक सामाग्री उपलब्ध हुन नसक्दा कृषि उत्पादनमा बढी लगानी र उत्पादनमा निक्कै कमी आई रहेको समेत उनले भने।

त्यसैगरी स्थानीय कृषि उत्पादनलाई प्रोत्साहन गर्नु पर्ने, समयमा नैं बिउ विजन, मल उपलब्ध गराउन निजगढ नगरपालिकाले पहल गरिदिन कृषकहरूले आग्रह गरे।

कार्यक्रममा स्थानीय शंकर रूम्बा, भोला गौतम, वडाअध्यक्ष सहैया गुरो, आशाकाजी श्रेष्ठ, ज्ञान बहादुर गोले लगायतले मन्तब्य राखेका थिए। सो धान रोपाइँमा रतनपुरी र निजगढका विद्यासागर बोडिङ्ग स्कूलका विद्यार्थीहरू पनि सहभागी थिए। कार्यक्रममा स्वागत मन्तब्य कृषि शाखाकी रिनिचा भण्डारी र युगलकिशोर सिंहले सञ्चालन गरेका थिए।

सनातन ...

७. अन्नप्राशन संस्कारः

यस संस्कारको उद्देश्य बच्चाको शारीरिक र मानसिक विकासमा ध्यान केन्द्रित गर्नु हो। अन्नप्राशनको प्रस्ट अर्थ यो हो कि अहिलेसम्म पेय पदार्थ विशेषगरी दूधमा आश्रित बच्चाले अब खाना ग्रहण गरेर आफूलाई शारीरिक र मानसिकरूपमा बलियो र प्रबुद्ध बनाउनुपर्छ, जसलाई शास्त्रमा प्राणशक्ति भनिएको छ। शरीर र दिमागलाई बलियो बनाउन खानाको सबैभन्दा बढी योगदान हुन्छ। शुद्ध, सात्त्विक र पौष्टिक आहारले मात्र तन स्वस्थ रहन्छ र स्वस्थ तनमा स्वस्थ मनको वास हुन्छ। आहार शुद्ध भयो भने मात्र अन्तःकरण शुद्ध र मन, बुद्धि तथा आत्मा सबैको पोषण हुन्छ। त्यसैले हाम्रो जीवनमा अन्नप्राशन संस्कारको विशेष महत्त्व छ।

जन्मदेखि छैटौं महीनालाई अन्नप्राशनका लागि उपयुक्त मानिएको छ। यो संस्कार जन्मदेखि छैटौं महीनाको शुभ नक्षत्र र शुभ दिनमा गर्नुपर्छ। खीर र मिठाइसँग शिशुको अन्नग्रहण शुभ मानिन्छ। 'अमृतः क्षीरभोजनम्' अर्थात् शास्त्रहरूमा खीरलाई अमृततुल्य मानिएको छ। क्रमशः

मनोप्रभावी ...

सधैं आइसियूमा राखेर गर्नुपर्छ।

क्रोनिक इन्टोक्सिकेशन : यस्तो रक्सीको बानी परेको मानिसमा हुन्छ र भित्रैभित्र मानिसमा मानसिक गडबडी गराएको देखिन्छ। यस्तो मानिसले रक्सी त तनाव कम गर्नको लागि लिन्छ तर त्यही उसको बानीमा परिणत भएर छाडन नसकिने नोक्सानदायक रूप लिन्छ। अक्सर यस्तो मानिसको पूर्वइतिहास र वैवाहिक जीवन सुखद हुँदैन।

क्रोनिकमा मानिसमा भोक कम लाग्ने, बिहानैबिहान बान्ता वा बान्ता होला जस्तो हुने, पखाला चल्ने, निद्रा नलाग्ने, स्मरणशक्ति र निर्णय क्षमता कमजोर हुने, हात र जिब्रोमा कम्पन हुने, रगतमा प्रोटिनको मात्रा कम हुने, पेटमा पानी भरेर फुल्ने र यहाँसम्म कि पूरै शरीर नै सुनिने, हातखुट्टा झमझमाउने र आखिरमा डिमेन्सिया अथवा संसारको बोध नहुने कुराले समात्छ र मानिस कोमामा गएर मर्छ। यसको उपचारमा रोगीलाई लत लागेको हुनाले रक्सी छुटाउन कठिन हुन्छ तर सकेसम्म त यो गर्नैपर्छ। टेट्राइथाइल डाइसल्फाइड नामक औषधि यस कारण दिइन्छ कि यसले अल्कोहलको मेटाबोलिज्म नै हुन दिंदैन तर यसमा खतरा यो छ कि यदि मानिसले योसँगै अलिकति पनि रक्सी लियो भने लेनाको देना पर्छ। दुवै मिलेर पल्पिटेशन बढाइदिने, बान्ता गराउने, थ्रोम्बिङ पेन र चक्कर आउने हुन्छ, जुन धेरै दिनसम्म चल्छ। यसको अलावा टेम्पोसिल दुई मिलीग्राम सिङ्गल डोज दिनहुँ र एन्टिडिप्रेसेन्ट तथा सन्तुलित आहारको साथै बढी मात्रामा भिटामीनहरू दिनुपर्छ।

तलब माग गर्दै सिम्रौनगढ नपामा धर्ना

प्रस, सिम्रौनगढ, १५ असार/

सिम्रौनगढ नगरपालिकाका बालविकास, विद्यालय कर्मचारी, नगर शिक्षक र सहायक कर्मचारीहरूले तलब माग गर्दै शुक्रवार धर्ना दिएका छन् ।

श्रम शोषण गर्न पाईंदैन, तलब कटौती गर्न पाईंदैनलगायतका नारा लगाउँदै शिक्षिका पूनमकुमारी यादवको नेतृत्वमा निस्केको विरोध जुलुस नगरपालिकामा पुगेर कोणसभामा परिणत भएको थियो ।

आन्दोलनकारीसँग छलफल गर्दै नगरप्रमुख कलवारलगायत । तस्वीरः प्रतीक

कोणसभामा बारा शिक्षक सङ्घका उपाध्यक्ष सुभाषचन्द्र यादव, ट्रेड युनियन सदस्य सुरेन्द्र यादव, सिम्रौनगढ नगर शिक्षक सङ्घका अध्यक्ष उमाशङ्करप्रसाद यादव, सङ्गीता जयसवाल, सीतादेवी यादवले मन्तव्य राखेका थिए ।

धर्नामा बसेकाहरूसँग नगरप्रमुख किशोरीप्रसाद कलवारले छलफल गरी आइतवार वार्ता गर्ने सहमति गरेपछि आन्दोलनकारीहरूले धर्ना टुङ्ग्याएका थिए ।

पहिरोले कान्तिलोकपथ तथा नारायणगढ–मुग्लिन सडक अवरुद्ध

मकवानपुर, १५ असार/रासस

काठमाडौं–हेटौंडा जोड्ने कान्तिलोकपथ अन्तर्गत ललितपुरको भट्टेडाँडास्थित बाग्मतीको पुलनजीकै शुक्रवार बिहान पहिरो जाँदा काठमाडौं–हेटौंडा यातायात अवरुद्ध भएको छ ।

मकवानपुरको सिमानाबाट करीब दुई किलोमिटर उत्तरतर्फ बाग्मती पुलनजीकै गएको पहिरो मौसममा सुधार आएपछि मात्र हटाउन सकिने जिल्ला प्रहरी कार्यालय, मकवानपुरका प्रहरी निरीक्षक रामचन्द्र घिमिरेले जानकारी दिए ।

यता हेटौंडाबाट काठमाडौंका लागि प्रस्थान गरेका हल्का सवारीसाधनलाई ठिङ्गन प्रहरीले रोकेको छ । चितवनको मुग्लिन सडकखण्ड पहिरोका कारण अवरुद्ध भएपछि काठमाडौंबाट चितवनतर्फ गुडेका सबै सवारीसाधन त्रिभुवन राजपथतर्फ फर्काइएको प्रनि घिमिरेले जानकारी दिए ।

यसैगरी, पश्चिमबाट आएका सवारीसाधन हेटौंडा त्रिभुवन राजपथ हुँदै काठमाडौं प्रस्थान गरेका जिप्रका, मकवानपुरले जनाएको छ । त्यस्तै, मकवानपुरस्थित त्रिभुवन राजपथ, पूर्व–पश्चिम राजमार्ग, भीमफेदी–कुलेखानी सडकखण्डको फाखेल र सिस्नेरी तथा चित्लाङ–थानकोट सडकमा पनि सवारीसाधन सञ्चालनमा रहेको प्रहरीले जनाएको छ ।

पहिरो खसेपछि नारायणगढ–मुग्लिन सडक अवरुद्ध

पहिरो खसेपछि नारायणगढ–मुग्लिन सडकखण्ड अवरुद्ध बनेको छ । बिहीवार दिउँसोदेखि बन्द रहेको उक्त सडक अझै खुल्न सकेको छैन । आज बिहानसम्म पनि पहिरो पन्छाउन सकिएको छैन ।

चितवनको इच्छाकामना गाउँपालिका–५ तीन नम्बर पुलमा सुक्खा पहिरो खसेपछि बिहीवार दिउँसोदेखि सडक बन्द भएको हो । त्यसपछि सुक्खा पहिरो खस्ने क्रम जारी छ । पन्छाउने तयारी गरिए पनि पहिरो खस्ने क्रम जारी रहेकाले बाधा पुगेको इलाका प्रहरी कार्यालय, मुग्लिनका प्रहरी निरीक्षक विशाल तामाङले जानकारी दिए । उनले पहिरो झरेर पहाड बनेको र पन्छाउन छ–सात घण्टा लाग्ने बताए ।

काठमाडौंबाट भरतपुरतर्फ आएका सवारीसाधन मुग्लिन र कुरिनटार क्षेत्रमा रोकिएका छन् भने नारायणगढबाट काठमाडौं, पोखरातर्फ जाँदै गरेका सवारीसाधन जलबिरे क्षेत्रमा रोकिएका जिप्रका, चितवनले जनाएको छ ।

बाढीपहिरोबाट जोगिऔं

जथाभावी सडक निर्माण र वनविनाशले बाढीपहिरो निम्त्याउने हुँदाः

- वृक्षारोपण गरौं, वनजङ्गल जोगाऔं, बाढीपहिरो नियन्त्रण गरौं ।
- पहिरोको जोखिम भएका क्षेत्र तथा नदी किनारमा रूख, बाँस, निगालोजस्ता भूक्षय रोक्ने खालका बिरुवा रोपौं र संरक्षण गरौं ।
- आफ्नो बस्ती तथा समुदायको रक्षा गरौं ।
- बाढी तथा पहिरो गएको सूचना तल्लो तटीय क्षेत्रमा दिऔं ।

बाढीपहिरोबाट आफू पनि बचौं अरूलाई पनि बचाऔं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

चल्ला बरामद

प्रस, वीरगंज, १५ असार/

सशस्त्र प्रहरी बल नेपाल, बिओपी प्रसौनीभाठाले गएराति तीन हजार छ सयवटा कुखुराको चल्ला बरामद गरी शुक्रवार बिहान नष्ट गरेको छ ।

राति १२ बजे मथवल खोलाको किनारबाट ३६ वटा कार्टुनमा कुखुराका चल्ला तस्करहरूले ल्याइरहेकामा सशस्त्र प्रहरीलाई देखेपछि चल्ला छाडेर तस्करहरू फरार भएका सशस्त्र प्रहरी निरीक्षक प्रकाश थापाले बताए । बरामद गरिएका चल्ला आज खाल्डो खनी नष्ट गरिएको उनले बताएका छन् ।

जनप्रतिनिधि...

लागि एकमात्र आम्दानीको स्रोत खेतीपातीको लागि मल, बीउ र सिंचाइ समयमा नपाउँदा यस वर्ष परिवार पाल्नसमेत कठिन हुने कलवारले बताए ।

कृषिप्रधान देश नेपालको तराई–मधेस अन्नभण्डार भएपनि यहाँका किसानहरूको समस्या सरकारले नबुझेको उनले बताए । स्थानीय पालिकाले पनि किसानहरूको समस्या नबुझेको उनको भनाइ छ ।

पर्साका १४ वटा पालिकाले रु एक लाखदेखि तीन लाख रकम धान दिवसको लागि विनियोजित गरेर भ्रष्टाचार गरेको आरोप एकजना किसानले लगाए ।

४०/५० जनालाई दही–च्युरा, आँप खुवाएर उक्त बजेट सिध्याएको उनको भनाइ छ । सो रकमबाट एउटा दमकल किनेर सार्वजनिक प्रयोगको लागि किसानलाई दिएको भए त्यसको सदुपयोग हुने किसान कलवारले बताए ।

खेलकूदको संसार

फाइनलमा रौतहट र बारा भिड्ने

प्रस, वीरगंज, १४ असार/

दोस्रो रामनारायण मिश्र फूटबल प्रतियोगिताको फाइनलमा रौतहट र बारा भिड्ने भएका छन् ।

तस्वीरः सौजन्य

बिहीवार बेलुका सिमरा रङ्गशालामा भएको अन्तिम सेमिफाइनल खेलमा सर्लाहीलाई पराजित गर्दै रौतहट फाइनलमा पुगेको हो ।

टाइब्रेकरमा रौतहटले सर्लाहीलाई ३–२ गोलअन्तरले पराजित गरेको थियो । निर्धारित समयमा दुवै टीमले एक/एक गोल गरेपछि टाइब्रेकरबाट नतीजा निकालिएको थियो । उक्त खेलको 'म्यान अफ दी म्याच' रौतहतका नीरज धामी घोषित भए ।

शनिवार हुने फाइनल खेलमा रौतहट र बाराबीच भिडन्त हुनेछ । यसअघि पहिलो सेमिफाइनलमा सिराहालाई टाइब्रेकरमा पराजित गर्दै बारा फाइनलमा प्रवेश गरिसकेको छ । सर्लाहीले भने सिराहासँग तेस्रो स्थानको लागि आज प्रतिस्पर्धा गर्दैछ ।

मधेस प्रदेश फूटबल सङ्घको आयोजना, बारा जिल्ला फूटबल सङ्घको सहआयोजना तथा मधेस प्रदेशको शिक्षा तथा समाज कल्याण मन्त्रालयको आर्थिक सहयोगमा प्रतियोगिताको आयोजना भएको हो ।

मलेशियालाई हराउँदै नेपाल सेमिफाइनलमा पुग्यो

काठमाडौं, १५ असार/रासस

मलेशियामा जारी एसिसी इस्ट जोन यू–१६ कप क्रिकेट प्रतियोगिताको समूह चरणको अन्तिम खेलमा नेपाल घरेलु टोली मलेशियालाई पराजित गर्दै सेमिफाइनलमा पुगेको छ ।

तस्वीरः सौजन्य

मलेशियाको बायोमास ओभल क्रिकेट मैदानमा शुक्रवार भएको खेलमा नेपालले मलेशियालाई ८४ रनले पराजित गर्दै सेमिफाइनलको लागि यात्रा तय गरेको हो ।

यस जीतसँगै नेपाल समूह 'ए'को विजेतासमेत बन्यो ।

नेपालले मलेशियालाई १८४ रनको लक्ष्य दिएकोमा जवाफमा मलेशिया ३० दशमलव पाँच ओभरमा सबै विकेट गुमाउँदै ९९ रनमा समेटियो । मलेशियाका लागि मोहम्मद हैरिलले ५४ बलमा २५ रन बनाए ।

त्यस्तै, कप्तान मोहम्मद आलिफले १५ रन जोडे भने मुहम्मद अकरमले १२ रन बनाए । त्यसबाहेक अन्य ब्याट्सम्यानले दोहोरो अङ्कमा रन बनाउन सकेनन् । नेपालका लागि अशोक धामीले चार विकेट लिए भने कप्तान अभिषेक तिवारीले तीन विकेट लिए । त्यस्तै, सन्तोष यादवले दुई विकेट लिए ।

त्यसअघि टस जितेर पहिला ब्याटिङ गरेको नेपालले ३३ दशमलव चार ओभरमा सबै विकेट गुमाउँदै १८३ रन बनाएको थियो ।

नेपालका लागि अशोक धामीले सर्वाधिक ५२ रनको योगदान दिए । सूर्यांशु कोइराला र नरेन भट्टले समान २९ रन बनाए । त्यस्तै, दीप भुजेलले १५ रन जोडे । नीरजकुमार यादव आठ रनमा आउट भए ।

मलेशियाका लागि मोहम्मद मुकरी, एरिन एकबाल, हरिक हाइकाल र मुहम्मद अकरमले समान दुई/दुई विकेट लिए भने मोहम्मद फतुलले एक विकेट झारे ।

यस हारसँगै मलेशिया समूह 'ए'को उपविजेता बन्दै सेमिफाइनलमा पुग्यो । नेपालले पहिलो खेलमा थाइल्यान्डलाई २२५ रनको फराकिलो अन्तरले पराजित गरेको थियो ।