तातो हावा "लू"बाट जोगिने उपाय

- सकेसम्म दिउँसो घरबाहिर ननिस्कने,
- निस्कनै परे पातलो कपडाले टाउको छोप्ने वा छाता ओड्ने,
- फलफूलको रस र पानी प्रशस्त पिउने,
- धेरै पसिना आएमा जीवनजल पिउने,
- चीसो पानीले नुहाउने,
- कामकाज सकभर बिहान वा बेलुका गर्ने,
- मदिरासेवन नगर्ने,
- सकेसम्म चिया, कफी, सोडा जस्ता पेय पदार्थ नपिउने ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

PRATEEK DAILY

प्रतीक दैनिक

राष्ट्रिय 'क' वर्ग

eprateekdaily.com

जनहितमा जारी सन्देश

- चर्को गर्मीमा रिङ्टा लाग्ने ।
- कीरा फटयाङ्ग्राको प्रकोप बढ्ने ।
- खाद्यजन्य प्रदूषणको खतरा हुन्छ । जोगिएर बसौं ।
- 'लू'को बेला वृद्धवृद्धा नागरिक घरभित्रै बसौं । बिहान र बेलुका मात्र भ्रमण वा अन्य कामले बाहिर निस्कौं ।

वीरगंज महानगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय

❖ वर्ष ३७ ❖ २०८१ असार ०८ गते शनिवार // मृत भस्म नबन्दैमा झिल्को भैकन बल्नुछ // 2024 June 22 Saturday ❖ मूल्य ५/- ❖ पृष्ठ सङ्ख्या ६ ❖ अङ्क २९०

अन्तर्राष्ट्रिय योग दिवसको अवसरमा योग शिविर

प्रस, वीरगंज, ७ असार/

अन्तर्राष्ट्रिय योग दिवसको अवसरमा भारतीय महावाणिज्य दूतावास, वीरगंजले शुक्रवार पुरानो बसपार्कमा एक दिने योग शिविर सम्पन्न गरेको छ।

तस्वीरः प्रतीक

कार्यक्रममा भारतीय महावाणिज्यदूत देवीसहाय मीणाले योगले निरोग र स्वस्थ राख्ने भएकोले सधैं योग गर्नुपर्ने आवश्यकता औंल्याए। उनले अन्तर्राष्ट्रिय योग दिवस शुरू गर्ने प्रस्ताव भारतले गरेको बताउँदै नेपालसहित १७७ सदस्य राष्ट्रले अनुमोदन गरेपछि योगको महत्त्व र सान्दर्भिकता अझै बढ्दै गएको बताए।

उनले महावाणिज्य दूतावासले वीरगंजमा मात्रै सीमित गरेको योग शिविरलाई व्यापकता दिन तथा महत्त्व दर्शाउन मुलुकका विभिन्न छ ठाउँमा योग शिविरको स्थापना गरिएको जानकारी गराए।

महावाणिज्यदूत मीणाले दूतावासले योगको नौं संस्करण सफलतापूर्वक आयोजना गरेको जानकारी गराए।

कार्यक्रममा मधेस प्रदेशका खेलकूदमन्त्री प्रमोद जैसवालले नेपाल र भारतमा सदियौंदेखि योग गरिंदै आएको बताए। उनले योगको महत्त्व बुझेर पनि धेरैजनाले योग गर्न नचाहेको बताए। मन्त्री जैसवालले योगद्वारा शरीर, मन र आत्मालाई सकारात्मक तरीकाले एक दिशामा लैजान सकिने र अध्यात्म प्राप्तिका लागि योग सर्वोत्तम उपाय भएको बताए।

कार्यक्रममा वीरगंज महानगरका प्रमुख राजेशमान सिंहलगायत सर्वसाधारणहरू योग शिविरमा सहभागी थिए। कार्यक्रमको सहजीकरण वीरगंज महावाणिज्य दूतावासका वाणिज्यदूत शशिभूषण कुमारले गरेका थिए।

यसैगरी, भारतीय राजदूतावासले पोखरास्थित फेवातालको किनारामा पनि योग शिविर सञ्चालन गरेको थियो।

भारतीय राजदूतावासले पोखरा विश्वविद्यालयको सहकार्यमा आयुर्वेदिक अभ्यासकर्तासँग मिलेर योग र स्वास्थ्य परामर्श शिविर आयोजना गरेको थियो।

कार्यक्रममा विश्वविद्यालयका उपकुलपति प्रा प्रेमनारायण अर्याललगायतले मन्तव्य व्यक्त गरेका थिए।

सरकारी सेवामा भुइँमान्छेको पहुँच बढ्नुपर्‍यो- प्रजिअ भुसाल

प्रस, परवानीपुर, ७ असार/

जिल्ला प्रशासन कार्यालय, पर्साका प्रमुख जिल्ला अधिकारी दिनेशसागर भुसालले सरकारी सेवामा भुइँमान्छेको पहुँच बढाउने गरी काम गर्नुपर्ने बताएका छन्।

शुक्रवार जिल्ला प्रहरी कार्यालय, पर्सामा स्मार्ट कन्ट्रोल रूमको उद्घाटन गर्दै प्रजिअ भुसालले पिछडिएका, सेवा पाउन नसकेकाहरूलाई प्राथमिकतामा राखेर अपराध न्यूनीकरणको योजना बनाउनुपर्ने बताए। उनले पहुँच भएकाहरूको मात्र सुनवाइ हुने हो भने भुइँमान्छेहरू जहिले पनि सेवाबाट वञ्चित हुने र उनीहरूप्रति अन्याय हुने भन्दै त्यस्ता व्यक्तिहरूलाई पनि सेवाको दायरामा ल्याउनुपर्ने सुझाव दिए।

जिल्ला प्रहरी कार्यालय, पर्सामा सञ्चालन भएको स्मार्ट कन्ट्रोल रूमबाट अब प्रहरीले दिने सेवा अझ बढी प्रभावकारी हुने प्रहरी उपरीक्षक कुमोध ढुङ्गेलले बताए। उनले १०० नम्बरको हटलाइन सेवा दुईवटाबाट चारवटा बनाइएको र आगामी दिनमा स्मार्ट कन्ट्रोल रूम सञ्चालनमा आएपछि कुनै पनि सेवाग्राहीले सूचना दिएको पाँच मिनेटभित्र जिल्लाभरिमा सेवा पाउने वातावरण थालनी भएको बताए। उनले

तस्वीरः प्रतीक

यसका लागि सशस्त्र प्रहरीसँगको सहकार्यमा ६२ वटा मोटरसाइकल शीघ्र सञ्चालनमा ल्याएको जानकारी गराए।

महानगरभित्र सिसिटिभी जडित क्षेत्रमा अपराधका घटना न्यूनीकरणका लागि पर्सा प्रहरीले अझ प्रभावकारी काम गर्ने उनले दाबी गरे। प्रहरी प्रधान कार्यालय अन्तर्गत महानगरीय प्रहरी कार्यालय काठमाडौंबाट आएका प्रहरी राजु केसीसहितको टीमले स्मार्ट कन्ट्रोल रूम सञ्चालन विधिबारे जिप्रका, पर्साका टोलीलाई प्रशिक्षण दिनेछन्। कार्यक्रममा सशस्त्र प्रहरी उपरीक्षक राधेश्याम धिमाल, वीरगंज ब्यारेकका सेनानी सुनील कार्की, नेपाल पत्रकार महासङ्घ, पर्साका अध्यक्ष अनुप तिवारी, प्रहरी नायब उपरीक्षक दीपक भारतीलगायतको सहभागिता थियो।

भ्रष्टाचारशून्य शासन व्यवस्था रास्वपाको मूलमन्त्र –श्रेष्ठ

प्रस, वीरगंज, ७ असार/

राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टीका सामाजिक

तस्वीरः प्रतीक

सङ्गठन सचिव शङ्कर श्रेष्ठले भ्रष्टाचारशून्य शासन व्यवस्थाको मूलमन्त्र लिएर आफ्नो पार्टी अगाडि बढेको बताएका छन्।

शुक्रवार राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टी पर्साको दोस्रो स्थापना दिवसको अवसरमा उनले पुराना राजनीतिक दलहरूप्रति नागरिकको निराशा बढ्दै गएकाले सोको विकल्पको रूपमा रास्वपा आएको बताए। उनले रास्वपा सरकारमा सहभागी भएर जनताको काम गरिरहेको बताए। उनले रास्वपाका मन्त्रीको काम देखेर विपक्षीहरू अत्तालिएको दाबी गरे।

रास्वपा पर्साका संयोजक हरि पन्तको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा रास्वपाका केन्द्रीय सदस्य डा नन्दन यादव, प्रदेशसभा सदस्य श्याम पटेल, नेपाली काङ्ग्रेस, पर्साका सभापति जनार्दनसिंह क्षत्री, उपसभापति रामनारायण कुर्मी, नेकपा एमालेका अध्यक्ष डा विश्वम्भर शर्मा, सचिव महेश दास, जसपा नेपाल पर्साका अध्यक्ष रामनरेश यादव, सचिव तबरेज अहमद, वीरगंज महानगरका उपप्रमुख इम्तियाज आलम, नेपाल पत्रकार महासङ्घका सचिव दीपेन्द्र चौहान, नेपाल उद्योग वाणिज्य महासङ्घ मधेस प्रदेशका पूर्वअध्यक्ष गणेश लाठ, वीरगंज उद्योग वाणिज्य सङ्घका अध्यक्ष अनिल अग्रवाल, वरिष्ठ उपाध्यक्ष हरि गौतम, उपाध्यक्ष मनोज दास, पूर्वअध्यक्ष गोपाल केडियालगायतको सहभागिता थियो।

ज्येष्ठ नागरिकलाई चिकित्सकको परामर्श

प्रस, वीरगंज, ७ असार/

ज्येष्ठ नागरिक सङ्घ, पर्साको

तस्वीरः प्रतीक

आयोजनामा शुक्रवार स्वास्थ्य परामर्श कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ।

प्रत्येक महीनाको पहिलो शुक्रवार स्वास्थ्य परामर्श कार्यक्रम आयोजना गर्दै आएको सङ्घ, पर्साले आज सो कार्यलाई निरन्तरता दिएको हो। ज्येष्ठ नागरिक पार्क वीरगंज महानगर–१५ मा आयोजित कार्यक्रममा वृद्धवृद्धा रोगका विशेषज्ञ डा अनुपम उपाध्यायले ज्येष्ठ नागरिकहरूलाई स्वास्थ्य परामर्श दिएका थिए। उनले उमेर हदको कारण ज्येष्ठ नागरिकहरूले नियमितरूपमा स्वास्थ्य परीक्षण गराउनुपर्ने र चिकित्सकको परामर्शमा मात्र औषधिसेवन गर्नुपर्ने बताए।

उनले चिकित्सकको सल्लाह र परामर्शविना औषधिसेवन गर्नु जोखिमपूर्ण हुने र यो कार्यमा केही ज्येष्ठ नागरिक संलग्न रहेको भन्दै त्यस्तो नगर्न आग्रह गरे। उनले ज्येष्ठ नागरिकहरूले पौष्टिक आहार र फलफूल नियमित सेवन गर्नुपर्ने बताए। यसका साथै नियमितरूपमा शरीरले सक्दो व्यायाम गर्नुपर्ने र एकान्तवासभन्दा घुलमिल भएर बस्न

(बाँकी पाँचौं पातामा)

ब्रह्माकुमारीमा आध्यात्मिक पत्रकारिताबारे अन्तर्क्रिया

प्रस, वीरगंज, ७ असार/

ब्रह्माकुमारी राजयोग सेवा केन्द्र वीरगंजको आयोजनामा शुक्रवार स्वास्थ्य तथा सुखी समाजका लागि आध्यात्मिकतामा मिडियाको भूमिका विषयक अन्तर्क्रिया सम्पन्न भएको छ।

ब्रह्माकुमारी राजयोग सेवा केन्द्रकी प्रमुख सञ्चालिका रविणा दिदीको अध्यक्षता तथा नेपाल पत्रकार महासङ्घका सचिव दीपेन्द्र चौहानको प्रमुख आतिथ्यमा भएको अन्तर्क्रियामा सहभागीहरूले पत्रकारितामा अध्यात्मको भूमिका र भारतीय मिडियाको अवस्था

तस्वीरः प्रतीक

तथा जोखिम न्यूनीकरणबारे विचारविमर्श गरेका थिए।

कार्यक्रममा माउन्ट आबुका मिडिया प्रभारी ब्रह्माकुमार डा शान्तनु, राजस्थानबाट प्रकाशित हुने एक्सप्रेस गुरुग्रामका प्रमुख सम्पादक दिनदयाल मित्तल, ब्रह्माकुमारी हैदराबादकी मिडिया प्रभारी सरला कुमारी, स्तम्भकार चन्द्रकिशोर झा, नेपाल पत्रकार महासङ्घ मधेस प्रदेशका महासचिव श्याम बन्जारा, जिल्ला अध्यक्ष अनुप तिवारीले मन्तव्य व्यक्त गरेका थिए।

परवानीपुर गापाले ४७ करोड पाँच लाखको बजेट ल्यायो

प्रस, परवानीपुर, ७ असार/

परवानीपुर गाउँपालिकाको १५औं वार्षिक गाउँसभाले आगामी आव २०८१/८२ को नीति तथा कार्यक्रम र बजेट प्रस्तुत गरेको छ।

शुक्रवार गापा सभाहलमा उपाध्यक्ष किरण देवीले आगामी आवको नीति तथा कार्यक्रमसहित ४७ करोड पाँच लाखको बजेट प्रस्तुत गरेकी थिइन्। गापा अध्यक्ष विनोद जयसवालले आगामी आवमा शिक्षालाई सबैभन्दा बढी प्राथमिकतामा राखेर काम गर्ने बताए। उनले एमबिबिएस र इन्जिनीयर अध्ययन गर्ने गापाका एक/एकजना जेहेन्दार विद्यार्थीलाई छात्रवृत्ति प्रदान गर्ने, छवटा माविसहित १३ वटा विद्यालयको भौतिक संरचना मरम्मतसम्भार र सबै विद्यालयलाई सिसिटिभीको निगरानीमा राख्ने बताए।

उनले चालू आवदेखि नै बेंगा साह माविमा अङ्ग्रेजी माध्यमबाट अध्यापन शुरू भएको र आगामी आवमा अन्य विद्यालयमा पनि अङ्ग्रेजी माध्यमबाट अध्यापनको व्यवस्था मिलाइने बताए।

तस्वीरः प्रतीक

उनले चालू आवमा गापामा डेढ किलोमिटर ग्राभेल सडक ढलान गरिएको, वृक्षारोपण गरिएको, कृषि विद्युतीकरण निश्शुल्क गरिएको र स्वास्थ्य चौकीमा बर्थिङ सेन्टर सञ्चालन, वारुणयन्त्रको व्यवस्था गरिएको बताए। उनले यी कार्यलाई पनि आगामी बजेटमा निरन्तरता दिइने बताए।

कार्यक्रममा प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत सुमित सिंहले स्वागत गर्दै नीति तथा कार्यक्रम र बजेटबारे प्रकाश पारेका थिए।

विचारसार र सूक्तिहरू

यदि भाग्यमाथि भरोसा छ भने भाग्यमा जे लेखेको छ त्यही पाउँछौं तर आफूमाथि भरोसा छ भने जे चाहन्छौं त्यही पाउँछौं ।

प्रकाशक	:	प्रतीक प्रकाशन समूह प्रा. लि. , वीरगंज-११
प्रधान सम्पादक	:	जगदीशप्रसाद शर्मा
व्यवस्थापक/सम्पादक	:	विकाश शर्मा
सम्पादक	:	शत्रुघ्न नेपाल
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

भत्ताले घट्दै दुर्व्यवहार

ज्येष्ठ नागरिकहरू व्यावहारिक ज्ञानको अमूल्य भण्डार र इतिहासको साक्षात् प्रतिमूर्ति हुन् तर उनीहरू शान्तिपूर्वक र सम्मानजनकरूपमा बाँच्नको लागि गम्भीर चुनौतीको सामना गरिरहेका छन् । यस्ता चुनौतीहरू आर्थिक, भौतिक, स्वास्थ्य, सामाजिक र मनोवैज्ञानिकरूपमा देख्न सकिन्छ । रोजगार टुट्नु, आम्दानी घट्नु, आर्थिक असुरक्षा बढ्नु, कमजोर स्वास्थ्य र स्वास्थ्य सेवाको कमी, पोषणयुक्त भोजनको अभाव, स्वास्थ्य चुनौती र उचित आवासको अभावलगायत कुरा भौतिक चुनौती हुन् । त्यस्तै, मानमर्यादामा आउने कमी, अरूबाट हेलचेक्र्याइँपूर्ण व्यवहार हुने, सामाजिक बहिष्करण तथा हेलाहोचो भोग्नुपर्ने जस्ता कुरा सामाजिक तथा मनोवैज्ञानिक चुनौती हुन् । ज्येष्ठ नागरिकहरूको माग र खास किसिमको आवश्यकता सम्बोधन गर्न परिवार, सन्तान र समाजसमेतको कर्तव्य हो । ज्येष्ठ नागरिकका सबै मानवीय आवश्यकता पूरा भई शान्त र मर्यादित जीवन जिउन पाउने हकको सम्मान, संरक्षण र परिपूर्ति गर्नु राज्यको दायित्व हो । यसले ज्येष्ठ नागरिकहरूलाई सुरक्षित र खुशी राख्नेछ । तर व्यवहारमा ज्येष्ठ नागरिकहरू घरपरिवार र समाजमा अपहेलित, शोषित भई आधारभूत आवश्यकताको उपभोग गर्नबाट वञ्चित भइरहेको अवस्था छ ।

ज्येष्ठ नागरिकको हकहितसम्बन्धी राष्ट्रिय नीति, स्रोतसाधनको विनियोजन र संरक्षणका तरीकाहरू ज्यादै नगण्य छन्, जुन कुरा ज्येष्ठ नागरिकहरूको ठूलो चासो र सरोकारको विषय भएको छ । यद्यपि बढ्दो अवस्थामा रहेका ज्येष्ठ नागरिकलाई सम्बोधन गर्ने राज्यको पर्याप्त कार्यक्रम, स्रोत साधन र ज्येष्ठ नागरिक मैत्री विभिन्न कार्यक्रमको अभाव तथा ज्येष्ठ नागरिकको ज्ञान, सीप र अनुभव राष्ट्रले उपयोग गरी नयाा पीढीमा हस्तान्तरण गर्न नसक्नु, संयुक्त परिवारबाट एकल परिवारको प्रथाले स्थान पाउनु र सन्तानले बाबुआमाप्रति पूरा गर्नुपर्ने दायित्व वहन र हेरचाहमा ह्रास आउनु, बुढ्यौलीमा लाग्ने विभिन्न रोगको समयमा निदान र उपचारको यथोचित व्यवस्था नहुनु, समाजले ज्येष्ठ नागरिकप्रति गर्नुपर्ने श्रद्धा, सम्मान र सकारात्मक सम्बोधनमा ह्रास आउनु, दीर्घकालीन योजना, नीति, कानून नियमको उपयुक्त र प्रभावकारी सरकारी कार्यक्रमको अभावजस्ता चुनौतीहरू हामीबीच छन् । नेपालमा राष्ट्रिय ज्येष्ठ नागरिक महासङ्घ ०६८ साल पुसमा गठन भएको थियो ।

२०७८ सालमा भएको जनगणना अनुसार कुल जनसङ्ख्याको नौ प्रतिशत अर्थात् २५ लाख ज्येष्ठ नागरिक रहेको देखिन्छ । तीन वर्षमा यो सङ्ख्या केही थपघट भएको होला । कतिपय ज्येष्ठ नागरिकको देहान्त भएको छ भने कतिपय थपिएका पनि छन् यो अवधिमा । जनगणनामा सरकारले ६० वर्ष उमेर पुगेकालाई ज्येष्ठ नागरिकमा गणना गरे पनि आर्थिक समस्याका कारण उनीहरूलाई दिने सामाजिक सुरक्षा भत्ता भने ७० वर्ष तोकिएको छ । चालू आवसम्म सामाजिक सुरक्षाभत्ताका लागि ६८ वर्ष तोकिएको थियो । सरकारलाई आर्थिकभार परेको हुन सक्छ । गतसाता असार १ गते ज्येष्ठ नागरिकविरुद्धको अन्तर्राष्ट्रिय दुर्व्यवहार दिवस मनाइयो । थोरै रकमबाट शुरू भएको सामाजिक सुरक्षाभत्ता अहिले त्रैमासिक रूपमा चार हजारमा पुगेको छ र परिवारमा यहि सुरक्षाभत्ताका कारण पनि ज्येष्ठ नागरिकहरूसँग हुने [redacted]ा भने केही अंशमा घटेको छ ।

हाम्रा बालबालिका कुन बाटोमा हिंड्दैछन्, सफलताको कि असफलताको ?

स्वतन्त्र विचार

बैधनाथ श्रमजीवी
baidhnath2071@gmail.com

बाल मनोवैज्ञानिकहरू बालबालिकालाई फोटोकपी अर्थात जस्ताको त्यस्तै नक्कल गर्ने भनी चित्रण गर्छन् । कुरा सही पनि हो, बालबालिकाहरू कुनै पनि चीज तुरुन्त टिप्छन् अर्थात नक्कल गर्न सिपालु हुन्छन् । यस मनोविज्ञानलाई अभिभावकहरूले आत्मसात् गर्नुपर्छ ।

संसारको कुनै पनि व्यक्ति, समाज वा देश सबैलाई यतिबेला हामी दुई अवस्थामा भेट्छौं । पहिलो सफल व्यक्ति सफल समाज वा सफल देशको रूपमा, दोस्रो असफल व्यक्ति, असफल समाज वा असफल देशको रूपमा । संसारमा भएका २०० देशमध्ये थोरै सफल देशका रूपमा रहेका छन् भने प्राय: धेरै देश असफलरूपमा देखिन्छन् । वास्तवमा मानवसमाजभित्र देश बनेकै नागरिकको सर्वाङ्गीण विकासको लागि हो । तर जुनस्तरमा उनीहरूको विकास हुनुपर्ने हो, त्यो स्तरमा उनीहरूको विकास हुन सकेको छैन । यस्ता असफल देशहरूमा त्यहाँका नागरिकहरूलाई जीवनका नैसर्गिक कुराहरूको पहुँचसम्म पनि उनीहरू देखिंदैनन् । गाँस, बास, कपास, शिक्षा र स्वास्थ्य जस्ता महत्त्वपूर्ण आधारभूत कुराहरूबाट वञ्चित रहेका देशहरू के कारणले यस्तो अवस्थामा आएका छन् ? यो संसारमा किन कोही सफल र कोही असफल देशको रूपमा देखिरहेका छन् ? समाज होस् वा व्यक्ति सफल वा असफल हुनुको कारण के हो ? आउनुस् यसबारे थोरै चर्चा गरौं ।

प्रत्येक सफल व्यक्तिको जीवनमा कुनै न कुनै सफल व्यक्तिको प्रेरणाको प्रभाव परेको देखिन्छ । प्रत्येक व्यक्तिले प्रत्येक क्षेत्रमा आफूभन्दा पहिलेको पीढीले गरेका अनुभूतिहरूको अनुकरण गरेर त्यसभन्दा अगाडि बढेपछि सफल हुन्छ । प्राय: सफल मानिसहरू शुरूमा सामान्य मानिस नै हुन्छन् तर जब उसले आफ्नो जीवनमा एउटा ठोस लक्ष्य निर्धारण गर्छ, जुन लक्ष्य विज्ञानसम्मत र व्यावहारिक हुन्छ अनि त्यसै लक्ष्यको बारेमा दिनरात सपना देख्ने गर्छ र त्यसको प्राप्तिको लागि कडाभन्दा कडा परिश्रम गर्न पछि हट्दैन । आफ्नो लक्ष्यमा पुग्नको लागि निरन्तर आफ्नो योग्यतालाई परिमार्जित गर्दै लान्छ र आफ्नो बानीहरूलाई सुधार्दै लग्छ । कुनै पनि निर्णय गर्दा हतारमा निर्णय नगर्ने र निर्णय गर्नुभन्दा पहिले त्यससँग सम्बन्धित सबै पक्षहरूमा ध्यान दिने तथा एकचोटी निर्णय गरिसकेपछि त्यसको कार्यान्वयनमा लागिपर्ने गरेर मात्रै सफलता प्राप्त गर्न सकिन्छ । सफल हुनको लागि केवल सुख सुविधा तथा आफू अनुकूलको वातावरण पाएपछि मात्रै काम गर्ने सोचले सफलता हासिल हुन सक्दैन ।

वास्तवमा यसको लागि प्रतिकूल अवस्थाहरूमा पनि काम गर्न सक्ने मनोविज्ञानको विकास गर्न जरूरी छ । जुनसुकै अवस्थामा पनि आफ्नो लक्ष्यमा अविछिन्न रूपले लागिराख्ने आत्मबल हुन जरूरी छ । सफलताहरूको पनि एउटा क्रमबद्धता हुन्छ । सानोसानो काममा सफल हुँदै गएपछि ठूलाठूला काममा पनि सफल हुन सकिन्छ । यसको लागि धैर्यको पनि निकै ठूलो भूमिका हुन्छ । जीवनमा आइपर्ने सानादेखि ठूलासम्म चुनौतीहरूको सजिलै सामना गर्ने मनोविज्ञान आफूभित्र विकास गर्नुपर्छ । चुनौतीसँग लडेर नै कुनै पनि व्यक्ति आफ्नो लक्ष्यमा पुगेको देखिन्छ । एकचोटी लक्ष्य निर्धारण गरिसकेपछि त्यो बाटोमा समर्पित भएर परिश्रमपूर्वक लागि सकेपछि शिखरमा नपुगेसम्म पटकपटक हामीले कहाँसम्म आइपुग्यौ के कति सफल हुँदै गइरहेछौं भन्ने कुराहरूको पनि आवधिक मूल्याङ्कन गरेर अगाडि बढ्न जरूरी हुन्छ । यदि हामी यस्तो गर्दैनौं भने वास्तवमा हामी सफल भइरहेछौं कि असफल भइरहेछौ भन्ने कुराको जानकारी नै पाउदैनौं । यस्तोमा हामी सफल हुने सम्भावना कम र असफल हुने सम्भावना बढी हुन आउँछ । कुनै पनि काम गर्दा गलती हुनु स्वभाविक कुरा हो । तर त्यही काम गर्दा पटकपटक उस्तै गल्ती दोहऱ्याउनुलाई स्वभाविक मान्न सकिंदैन । त्यसैले सफल हुनको लागि आफूले गर्ने गरेको कामको मूल्याङ्कन गर्दा देखिएका कमी कमजोरीहरू आगामी दिनमा फेरि पनि नदोहोरियोस् भन्ने हेक्का राख्न जरूरी छ । एउटा सफल मानिस तबमात्र बन्न सकिन्छ, जब आफ्नो गलतीहरूलाई सुधार्न तथा स्वीकार्न आँट गर्न सक्छ । जहिले पनि गलतीहरूबाट सिक्ने पनि गर्नुपर्छ ।

वास्तवमा सफलता नदीको एउटा किनारा हो भने अर्को किनारा असफलता हो । यी दुवै सँगसँगै हुन्छन् । त्यसकारण असफलता हुने जति पनि कुराहरू छन् त्यसको बडो मसिनो तरीकाले मूल्याङ्कन गर्ने तथा काम गर्दै जाँदा भए गरेका त्रुटिहरूलाई निरन्तर सच्याउने र त्यसबाट शिक्षा लिएर आफ्नो ज्ञान तथा अनुभवलाई ज्ञन परिस्कृत गर्ने कुरामा बरू गम्भीरतापूर्वक ध्यान दिन जरूरी हुन्छ । प्रत्येक अवस्थामा जीवनले भोग्ने व्यवहारहरू सकारात्मक र नकारात्मक घटनाहरूको घुइँचोहरूको बीचबाट गुज्रिरहेको हुन्छ । यस्तोमा हामीले जहिले पनि सकारात्मक कुराहरू आफूभित्र बढी राख्ने तथा नकारात्मक कुराहरू न्यून गर्दै लग्ने बानीको विकास गर्न जरूरी छ । नकारात्मक कुराहरू बढी लियो भने मनभित्र निराशाको भावहरू मात्रै धेरैजसो उत्पन्न भइरहन्छ । र, त्यसले सफलताभन्दा पनि असफलताको बाटोतिर डोऱ्याउने गर्छ ।

यसकारण जुन बेला पनि जस्तोसुकै अवस्थामा पनि सकेसम्म सकारात्मक भावमै आफूलाई राखेर अगाडि बढ्ने गर्यौ भने निसन्देह हामी सफलताको शिखरसम्म पुग्छौं । कुनै पनि व्यक्ति सफल हुनको लागि उसको जीवन चुनौती रूपी काँडाले भरिएको हुन्छ । फूलैफूल ओच्छाइएको संसारमा कुनै बाटो छैन । जसबाट हिंडेर हामी आफ्नो गन्तव्यमा जान सक्छौ । यदि त्यो बाटो छ भनेर कोही भन्छ भने तपाईं बुझ्नुस् त्यो पतनको बाटो हो । जसले हामीलाई हाम्रो अस्तित्वबाट विमुख गरी हामी छौं कि छैन भन्ने कुरामासमेत प्रश्नचिह्न खडा गरिदिन्छ । यसकारण सकारात्मक भावलाई जति धेरै आफूभित्र भर्न सकियो त्यति धेरै हामी सफल हुन सक्छौ । प्रत्येक चुनौतीहरू हाम्रो कार्य योजनामा आएकै सफलताको बाटो तयार पार्नको लागि हो । यसप्रकारको सकारात्मक सोच राखेरै एउटा सामान्य मानिस बुद्ध बनेको हामी देख्छौ । पढ्न लेख्नमा त्यति धेरै रूचि नभएको सुस्त प्रकृतिको आइन्स्टाइन संसारको सुपरजिनियस मानिसको रूपमा सफल भएको देखिरहेका छौं । त्यसकारण चुनौतीबाट आत्तिनु हुँदैन । स्टिफिन हकिङ्स जस्तो ठूला वैज्ञानिक जसको जीवनको तीन दशकभन्दा बढी समय हिवलचेयरमै प्यारालाइस भएर बित्यो तर त्यो अवस्थामा पनि उनले अत्यन्त सकारात्मकताका साथ आफ्नो खोजी कामलाई जारी राखेर यो ब्रह्माण्डमा ईश्वर छैन, ईश्वरको कुनै आवश्यकता नै छैन जस्तो निष्कर्षहरू निकाले । त्यति मात्र होइन ताराहरू कसरी जन्मिन्छन्, कसरी मर्छन्, ब्ल्याक होल के हो, ब्रह्माण्ड के हो र कसरी बन्यो, पृथ्वीको भविष्य के छ र हामी मानवले के गर्नुपर्छ जस्ता महत्त्वपूर्ण कुराहरूमा उनले १० वटा भविष्यवाणी नै गरे । संसारका सबै सफल व्यक्तिहरू चाहे तिनी वैज्ञानिक हुन् वा दार्शनिक, खेलाडी हुन् वा गायक, कवि हुन् वा समाजसेवी सबैको जीवनको शुरूआत बाल्यकालदेखि नै हुने गरेको छ । यसर्थ बालबालिका राम्रो भए समाज राम्रो हुन्छ र बालबालिका खराब भए समाज खराब हुन्छ भन्ने कुरा सबैले बुझ्न जरूरी छ ।

प्रत्येक व्यक्तिको बाल्यकालमा प्राय: सबै अभिभावकहरूको चाहना हुन्छ आफ्नो सन्तान सबैभन्दा राम्रो होस् । प्राकृतिकरूपमा पनि सन्तानप्रति विशेष रूचि हुनु मानवको जैविक स्वभाव हो । मानव जीवनको महत्वपूर्ण सुखको रूपमा सन्तान सुखलाई पनि मानिन्छ । हाम्रा पुर्खाहरूले भन्ने गर्थे– सन्तानहीन व्यक्तिको लागि स्वर्गको ढोका सधैं बन्द रहन्छ । त्यसैले मानव जाति सदैव सन्तान प्राप्ति तथा सन्तानको भलाइका लागि बडो गम्भीर तथा संवेदनशील भएर सोच्ने गरेको पाइन्छ । यही लोभको कारण मानव जाति फल्दैफुल्दै प्रत्येक पीढीभन्दा नयाँ पीढी निरन्तर विकसित हुँदै आएको छ । तर यति बेला आमनागरिकको लागि सबैभन्दा ठूलो चिन्ताको विषय नै सन्तानको भविष्य बन्न गएको छ । वर्तमान अवस्थामा नेपाली समाजभित्र देखिएको उद्दण्डता, अराजकता, अपराधीकरण, अनैतिकता तथा व्यभिचारले गर्दा प्रत्येक अभिभावकमा सन्तानप्रति गहिरो चिन्ता देखिन थालेको छ । समाजको प्रत्येक तहतप्कालाई लाग्दछ उसको सन्तान राम्रो हुने हो कि होइन । बढ्दो सामाजिक असुरक्षा तथा लागू औषधिजस्ता कारोबारले युवा शक्तिको भविष्य बेरोजगारी र आकासिंदो महँगीको डरलाग्दो कालो बादलभित्र निस्सासिने अवस्थामा पुगेको छ । अभिभावकहरूको सन्तान राम्रो बनोस् भन्ने सदिच्छा यति खेर न समाजभित्रको वातावरणबाट पूरा हुने अवस्था छ, न राज्यले अख्तियार गरेको बालबालिका नीतिबाट नै । कतैबाट पनि बालबालिकाको भविष्य राम्रो नदेखिएपछि अभिभावकमा विशेष चिन्ता हुनु स्वाभाविकै हो । मानव जीवनको सफलता तथा असफलताको लागि यतिबेला पैसाले सबैभन्दा महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गर्ने गरेको छ । पैसाको अभावमा न त बालबालिकालाई राम्रो शिक्षा दिन सकिन्छ, न उसलाई भविष्यमा आफ्नो खुट्टामा उभिनसक्ने दक्ष जनशक्तिको रूपमा तयार गर्न सकिन्छ । देशमा बढ्दो गरिबी तथा बेरोजगारी र महँगीले बालबालिकाको भविष्य सबैभन्दा बढी चुनौतीपूर्ण बनाइदिएको छ । बालबालिकालाई दक्ष बनाउन पैसाले महत्वपूर्ण भूमिका खेलेको हुन्छ । तर पैसा नै सबैथोक होइन सफलताको लागि यो पनि हामीले बुझ्न जरूरी छ । किनकि उपयुक्त वातावरणको अभावमा हामीले थुप्रै धनवानका छोराछोरी पनि उद्दण्ड, अनुशासनहीन तथा कुलतमा फसेको देख्छौं । यसर्थ पैसा मात्र भएर छोराछोरी राम्रो बन्ने भनाइ आंशिक रूपमा मात्र सत्य हो । वास्तवमा परिवारभित्रको वातावरणले पनि बालबालिकाको विकासमा महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गर्दछ । पैसाको सदुपयोग भएन भने यसबाट केटाकेटीहरू सप्रिनुको साटो बिग्रने सम्भावना नै बढी रहन्छ । यसर्थ के कति कुरामा अभिभावकले समय दिन सके आफ्ना बालबालिकालाई असल नागरिक तथा दक्ष जनशक्ति बनाउन सकिन्छ भन्ने बारे थोरै चर्चा गरौं ।

बाल मनोविज्ञानले भन्छ परिवार नै बालबालिकाहरूको पहिलो पाठशाला हो । अर्थात जीवनका महत्पपूर्ण कुराहरू प्रत्येक व्यक्ति आफ्नो परिवारबाट नै सिक्ने गर्दछ । त्यसैले परिवारका सदस्यहरूले बालबालिकाहरूसँग कस्तो व्यवहार गर्ने, कस्तो व्यवहार नगर्ने भन्ने कुरा बुझ्न जरूरी छ । केटाकेटीहरूलाई कोरा कागज पनि भन्ने गरिन्छ । यस अर्थमा केटाकेटीहरूलाई अभिभावकहरूले जस्तो चाहन्छन् त्यस्तै बनाउन सक्छन् । वास्तवमा केटाकेटीहरू स्वभावले बढी जिज्ञासु हुन्छन् । उनीहरूको आँखामा पर्ने प्रत्येक चीज के हो भन्ने जिज्ञासा उत्पन्न हुन्छ, फलस्वरूप उनीहरू अभिभावकलाई प्रश्नको ओइरो लगाइरहन्छन् । बालबालिकाको यस्तो जिज्ञासु स्वभावबारे अनभिज्ञ अभिभावकले बालबालिकासँग झर्केर प्रस्तुत हुने, उस्तै परे कुटपिट समेत गर्ने गरेको देखिन्छ । यस्तो कार्यले गर्दा बालबालिका भविष्यमा डरछेरूवा हुने, आफ्नो कुरा राख्न नसक्ने, नेतृत्व गर्ने क्षमता हराउँदै जाने, विश्लेषण व्याख्या गर्न नसक्ने, तर्क गर्ने क्षमताको कमी भएको अनुभूति गर्ने आदि दुर्बलताको शिकार हुन पुग्छन् । त्यसैले बालबालिका प्रत्येक जिज्ञासाको समाधान अभिभावकले सही र चित्त बुझ्नेगरी मायालु तरिकाले दिनुपर्छ, जसले गर्दा भोलि उनीहरूले झन् धेरै जिज्ञासा प्रकट गर्न सकून् । बाल मनोवैज्ञानिकहरू बालबालिकालाई फोटोकपी अर्थात जस्ताको त्यस्तै नक्कल गर्ने भनी चित्रण गर्छन् । कुरा सही पनि हो, बालबालिकाहरू कुनै पनि चीज तुरून्त टिप्छन् अर्थात नक्कल गर्न सिपालु हुन्छन् । यस मनोविज्ञानलाई अभिभावकहरूले आत्मसात गर्नुपर्छ । बालबालिकाको अगाडि झगडा गर्ने, अपशब्द प्रयोग गर्ने, धूमपान वा मद्यपान गर्ने, झूटो बोल्नेजस्ता कार्य कदापि गर्नु हुँदैन । अभिभावकहरूले बाल मनोविज्ञानलाई राम्ररी नबुझ्ने गरेका हुनाले त्यस्ता सम्पूर्ण घटनालाई बालबालिकाले जीवनशैलीमा उतार्ने सम्भावना बढी रहन्छ । बालबालिकाले अभिभावकलाई बडो नजिकबाट हेरिरहेका हुन्छन् । उनीहरू प्रत्येक घटनाबाट प्रभावित हुन्छन् र प्रत्येक घटनामा अभिभावकको प्रेरणा खोज्छन् । तर यस्तो कुरा अभिभावकहरूले नबुझिदिंदा बालबालिका अनावश्यक मानसिक तनावबाट गुज्रन्छन् । बालबालिकालाई गाली गरेर वा पिटेर तह लगाउन खोज्नु सर्वथा मूर्खता हो । यो कुरा अभिभावकहरूले बुझ्नुपर्छ । विद्यालयमा बालबालिका पाठ्यपुस्तकमा पढ्ने गर्छन्– नङ पाल्नुहुँदैन, धूमपान गर्नुहुँदैन, सानालाई माया ठूलालाई आदर गर्नुपर्छ, खाना खाएपछि दिउँसो र राति ब्रशले दाँत सफा गर्नुपर्छ आदि । तर जब ऊ घरमा जान्छ, अभिभावकलाई एक चोटी मात्र दाँत सफा गर्ने गरेको, नङ पालेको, साबुनपानीले हात नधोई खाना खाने गरेको तथा धूमपान गर्ने गरेको देख्छ अनि भ्रमित हुन्छ । किताबको कुरा ठीक वा अभिभावकले गरेको ठीक छुट्याउन गाऱ्हो पर्छ । बालबालिकाले अभिभावकलाई नै मोडेल मान्ने गरेका हुनाले सोही अनुसार नक्कल गर्ने गर्दछन् । त्यसैले यस्ता कुराहरूलाई अभिभावकहरूले गम्भीरतापूर्वक ध्यान दिन जरूरी छ । भविष्यमा यिनै कुराहरूले ती बालबालिकालाई सफल व्यक्तिको रूपमा स्थापित गर्न जगको रूपमा काम गर्नेछ । हामीले केटाकेटीलाई केवल केटाकेटी मात्र बुझ्नु हुँदैन वास्तवमा प्रत्येक बच्चा मान्छेको बुबा हो । त्यसैले बच्चा राम्रो भएमा समाज राम्रो हुन्छ, यसमा कुनै दुई मत छैन ।

अब प्रश्न उठ्छ बच्चा कसरी राम्रो हुन्छ । बच्चालाई राम्रो बनाउन व्यक्ति परिवार समाज र राज्य यी तीनवटाले महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्नुपर्छ । यी तीनवटैको योजनाबद्ध नीति सही छ भने मात्रै त्यो समाजमा जन्मेका सबै बच्चाहरू सफल मानिसको रूपमा भविष्यमा देखिनेछन् ।

यतिबेला हाम्रो देशमा बच्चाहरू किन सफलता प्राप्त गरेको देखिंदैन ? जति धेरै पैसा खर्च गरेर पढाए पनि नपढाए पनि किन सबैको गन्तव्य विदेश मात्रै हुँदै गएको छ ।

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

वाटिका

२०८१ असार ०८ गते शनिवार | प्रतीक | 2024 June 22 Saturday | ३

झाँसीमा लक्ष्मीबाईको दरबार घुम्दा–२

नियात्रा

सञ्जय मित्र
mitrasanjay41@gmail.com

सुल्तानगंज पुगेपछि जहिले पनि उत्साहले मन भरिने गरेको छ। कहिलेकाहीं सुल्तानगंज पुग्नुभन्दा पहिले लाग्ने गर्छ– यसपटक खासै धेरै बोलबमहरू छैनन् तर सुल्तानगंज पुगेपछि सबै भ्रम मेटिन्छ। जहिले पनि गाडी राख्नको लागि ठाउँको अभाव हुन्छ। कमिलाको ताँतीभन्दा धेरै बाक्लो कैयौं ताँतीहरू सुल्तानगंजतिर पाइला बढाइरहेका हुन्छन्। लगभग एकै रङको पहिरनमा एकै बाटोतिर अगाडि बढिरहेको अनन्त मानिसको भीडमा गज्जबको उत्साह देखिन्छ।

हामी गङ्गा किनारमा पुग्छौं, गाडी साइड गरेर। हरेक वर्ष जुन प्राइवेट पार्किङमा गाडी लगाउँछौं, यसपटक पनि त्यहीं छ। नयाँ केही हुँदैन, पुरानै सबै कुरा छन्। उत्साह चाहिं नयाँ छ। गङ्गा किनारमा हजारौं मानिस छन्। कोही नुहाइरहेका छन्, कोही पूजा गरिरहेका छन्, कोही जल भरेर फर्किरहेका छन्। सबैजना निस्कन्छौं। हरेक वर्ष यही रीति छ, एउटा होटलमा पस्छौं र टन्न खाना खान्छौं। त्यसपछि हामी बसपार्कतिर जान्छौं, जहाँ हाम्रो स्कार्पिओले हामीलाई पर्खिरहेको छ। बाटोमा सल्लाह हुन्छ, वासुकीनाथधाम पनि आजै पुगौं। त्यहाँ पुगेर अन्य वर्षको जस्तो गर्दैनौं। लाइन धेरै ठूलो छ। अनि कम्प्युटरमा दर्शन गर्छौं। त्यसपछि हामीलाई लाग्छ, एउटा ठूलो अभिभाराबाट मुक्त भयौं। आजको बास बस्नु छ र नयाँ गन्तव्यतर्फको यात्राको थालनी गर्नु छ।

तस्वीर: लेखक

हामी पनि नुहाउँछौं पालैपालो। नुहाउन करीब १५ मिनेटजति लाग्छ। पानी धमिलो छ, निकै धमिलो। धमिलो पानीमा नुहाउँदा पनि कुन कुराको सन्तुष्टि हुन्छ भने जीउ चिलाउँदैन। अहिलेसम्म यही देखिएको छ। अन्यत्र यदि यस्तो पानी हुँदो हो त मनले मान्दैन। हरेक वर्ष यहाँबाट ग्यालेनमा धमिलो पानी भरेर लान्छौं घरसम्म। घरमा कैयौं वर्षसम्म रहँदा पनि पानी सफा हुन्छ। गङ्गाको पानी हेर्दा फोहोर भएपनि यसमा कीरा पर्दैन भन्ने बुझाइ छ। यसमा वैज्ञानिक अनुसन्धानहरू पनि भएका छन् रे। जे होस्, हामी त त्यस मान्यताबाट प्रभावित छौं, जसले गङ्गाजललाई पवित्र मानेको छ र घरमा हरेक शुभ कार्यमा गङ्गाजल चाहिन्छ भन्ने बुझेका छौं। यसै प्रयोजनका लागि ग्यालेनमा गङ्गाजल भर्छौं। बाबाधाम र वासुकीनाथको लागि पनि जल भर्छौं, सानो प्लास्टिकको भाँडोमा। अनि पण्डितजीलाई बोलाएर सङ्कल्प गराइ निस्कछौं, त्यहाँबाट। हाम्रो गाडी करीब चार किलोमिटर टाढा छ। लगभग एक घण्टा लाग्छ, हिंडेर पुग्छौं। गाडी चढेर अब पुग्नु छ, करीब एक सय किलोमिटर टाढा रहेको देवघरमा।

सुल्तानगंज बिहारमा पर्छ। जल लिएर हरेक दिन हजारौं मानिस देवघर पुग्छन्। पैदल जानेले दुईदेखि चार दिनसम्म लगाउँछन्। रेलको सुविधा पनि रहेको छ। सार्वजनिक बस पनि पर्याप्त चल्छन्। हरेक दिन हजारौं निजी सवारीसाधन जस्तै बस, जीप, मोटरसाइकल, टेम्पो, ट्याक्टर आदिमा बोलबमहरू गइरहन्छन्। दुई महीनासम्म चल्ने यो विशाल मेला हो।

देवघरस्थित मन्दिरमा दर्शन गर्न यस वर्ष खासै अप्ठ्यारो हुँदैन। हुनत हामी दिउँसो पुग्छौं र एक/दुई घण्टा लाइनमा बिताउँछौं। यस वर्ष लाइनमा दौडेरै एक घण्टामा मन्दिरमा पुग्छौं। अनि त्यहाँको विधि र प्रक्रिया अनुसार सहज दर्शन हुन्छ। एकछिन मन्दिर परिसरमा अलमल हुन्छ। करीब आधा घण्टापछि

वासुकीनाथमा बसोबासको लागि निकै गज्जबको ठाउँ पाउँछौं। प्रदेश सरकारले सुत्ने व्यवस्था गरिदिएको छ, यात्रीहरूका लागि। करीब पाँच हजार मानिस अटाउने ठाउँ हो। पूरा जमीनमा काठको फलेक बिछ्याएर त्यसमाथि कार्पेट ओछ्याइ खाट राखिएको छ, तन्ना बिछ्याइएको छ र सिरानी राखिएको छ। पङ्खा चलिरहेको छ, ठूलो स्क्रिनको टेलिभिजनमा धार्मिक फिलिम चलिरहेको छ। बाहिर सुरक्षाकर्मी छ। विशाल टेन्टको पछाडि ठूलो शौचालय छ, जुन अस्थायी छ। हुनत यो संरचना नै टेन्ट हो, विशाल पण्डाल हो। तीन/चार खाटपछि मोबाइल चार्ज गर्न मिल्ने व्यवस्था गरिएको छ। साँच्चीकै भीडभाड त हुन्छ तर एक सामान्य यात्रीलाई चाहिने आवश्यकता यसले पूरा गरेको छ। यहाँ अलि पहिले पुग्नेले ठाउँ रोजेर सुत्न पाउँछ तर बिस्तारै भरिंदै गएपछि जो ढिलो पुग्छ, उसले सुत्ने ठाउँ पाउँदैन। कहिलेकाहीं त दुई खाटको बीचको खाली ठाउँमा पनि बोलबम यात्रीहरू सुतेका हुन्छन्। यस किसिमको आरामदायी सुत्ने व्यवस्था देवघरमा, देवघरनजीकको जसिडिह रेलवे स्टेशनमा पनि गरिएको हुन्छ। यहाँ बसेका कर्मचारीहरूमा सेवाभाव पर्याप्त हुन्छ, सबै सहयोगी भावनाका हुन्छन्।

रात कटेपछि हामी बिहानै तयार हुन्छौं, नयाँ गन्तव्यतर्फ निस्कन। यस वर्षको नयाँ गन्तव्य हो– उज्जैन। उज्जैन मध्य प्रदेशमा पर्छ। यहाँ रहेको महाकाल मन्दिरमा दर्शन गर्नु छ। दर्शन गर्न जाँदा हामीहरूले यसरी धेरै ठाउँ देखिसकेका छौं, घुमिसकेका छौं। वासुकीनाथबाट उज्जैनको दूरी एक हजार पाँच सय किलोमिटरभन्दा बढी छ। बाबाधामबाट जति धेरै यात्रा गरेका छौं, ती सबै यात्रामा यस वर्षको यो यात्रा लामो रहेको छ। हामीले बुझेका छौं, कम्तीमा तीन दिन लाग्छ, त्यहाँ पुग्नको लागि। गूगल म्यापमा बाटो खोज्छौं, अनि यात्रा आरम्भ गर्छौं।

यात्रामा भोक लाग्छ। गाडीलाई पनि विश्राम चाहिन्छ। हामी एउटा प्राथमिक विद्यालयमा पुगेर खाना पकाउने काम गर्छौं। आफैं खाना पकाउने हो भने बचत हुन्छ, खाना स्वस्थ्य हुन्छ। खाना पकाउने सबै साधन र सामग्री हामी हरेक वर्ष बोकेर गएका हुन्छौं। मिलीजुली खाना पकाउने र खाने। यात्रामा पनि पिकनिकको आनन्द। त्यसपछि पुनः गन्तव्यतर्फ अगाडि बढ्छौं। पटनाको छेउबाट बनेको र बन्दै गरेको नयाँ बाटो भएर सोझै पश्चिम हानिन्छौं। कैयौं जिल्लाहरू पछाडि पर्दै जान्छन्, गाडी अगाडि हुइँकिदै जान्छ। अलिकति रोक्दै, विश्राम गर्दै, बाटोको अवस्था अनुसार कहिले तीव्र त कहिले बिस्तारै अगाडि बढ्दैछौं। एउटा बजार आउँछ र सबैको नजर पुग्छ भुटामाथि। भुटा भनेको पोलेको मकै हो।

सूर्यास्त हुन केही बेर बाँकी छ। भोक नै लागिसकेको छैन तर खाजा खाने तलतल भने सबैलाई लागिसकेको छ। यसको लागि भुटा धेरै उपयोगी छ। हरेक वर्ष यात्रामा भुटा नखाएको वर्ष हुँदैन। अझ ठाउँठाउँको भुटाको फरकफरक स्वाद लिनुको आनन्द नै फरक छ। हामी प्रायः सबैजना भुटा मन पराउने नै छौं। बजारको भीडभाडभन्दा अलिकति ठाउँ भेटिएपछि गाडी रोकेर सबैजना ओर्लछौं। केही भुटा किनेर ल्याउन र केही गाडी वरपर नै अलमलिन्छौं। एकजनाले पैसा तिर्ने चलन हुन्छ, हाम्रो। सबैले बराबर रकम उठाएर एक ठाउँमा राख्छौं र आवश्यकता अनुसार खर्च भइरहेको हुन्छ। सामूहिक खर्च त्यसैबाट चलिरहेको हुन्छ, अनि व्यक्तिगत खर्चमा मात्र आफ्नो अलग्गै खर्च गर्नुपरेको हुन्छ।

बजारमा पसेकाहरूले अलमल गर्छन् धेरै। सम्भवतः सबैलाई पुग्ने भुटा हुँदैन। अनि, किन्दै र खाँदै गरेका हुन्छन्। घरबाट निस्केपछिको तेस्रो सूर्यास्त हुन्छ। अलिकति अँध्यारोले पाइला टेकेर बिस्तारै वर्चस्व जमाउन थालेपछि भुटा किन्न गएको टोली फर्किन्छ। अनि गाडीमा बसेपछि अगाडि बढ्छौं, भुटाको स्वाद लिंदै। केही मिनेटमैं एउटा विशाल सडक आउँछ। सडक यत्ति फराकिलो छ कि हेर्दै बिस्मित पार्ने। सडकको नाम पढेपछि थाहा हुन्छ– पूर्वाञ्चल एक्सप्रेस वे। केही महीनाअघि मात्र प्रधानमन्त्री नरेन्द्र मोदी र मुख्यमन्त्री योगीले उद्घाटन गरेको सम्झना हुन्छ। उद्घाटनको समाचार मैले हेरेको थिएँ टेलिभिजनमा। उत्तर प्रदेश सरकारले बनाएको सडक निकै आधुनिक छ। उत्तर प्रदेशमा धेरै आधुनिक सडक बनिसकेका छन्। कतिपय सडक प्रदेश र केन्द्र सरकारले बनाएका छन्।

यस्ता सडकमा गाडीमा साँच्चीकै आनन्द आउँछ। हुनत ठाउँठाउँमा टोल टेक्स भनी सडक कर तिर्नु परिरहेको छ। हामी नेपालीलाई यो सडक कर निकै महँगो लाग्छ तर सडकको सुविधा हेर्दा एकैछिनमा बिर्साउँछ कर तिरेको कुरो। सामान्य सचेत अवस्थामा दुर्घटनाको सम्भावना ज्यादै न्यून हुन्छ। अरू धेरै प्राविधिक कुरो त सडकबारेमा हामीलाई थाहा छैन। सडकमा यसरी गाडी कुद्न थाल्छ, मानौं हावासित कुराकानी गरिरहेको छ। र हामी त्यस संवादका साक्षी बसेका छौं।

वृद्धावस्थाको विषयमा केही विचार

विचार

प्रस्तुति :– बासुदेवलाल दास
प्राध्यापक (अवकाशप्राप्त) इतिहास विभाग,
ठाकुर राम बहुमुखी क्याम्पस, वीरगंज

मनुष्यको जीवनयात्रामा, एउटा प्रचलित मान्यता अनुसार, जन्मदेखि अढाई (दुई वर्ष छ महीना) वर्षसम्मको उमेरकालाई शिशु, अढाई वर्षदेखि पाँच वर्षसम्मको उमेरकालाई बालकबालिका, छ वर्षदेखि १५ वर्षसम्मको उमेरकालाई किशोरकिशोरी, १६ वर्षदेखि ४५ वर्षसम्मको उमेरकालाई युवायुवती, ४६ वर्षदेखि ६० वर्षसम्मको उमेरकालाई प्रौढप्रौढा तथा ६० वर्षभन्दा माथिकालाई वृद्धवृद्धा मान्ने गरिएको देखिन्छ। यसरी आयुको आधारमा अवस्थाको निर्धारणमा मनुष्यको प्राकृतिक (भौतिक) स्वास्थ्य संरचना, खानपान, रहनसहन इत्यादिले पनि प्रभाव पार्ने गरेको पाइन्छ। यीमध्येका शिशु, बाल तथा किशोर अवस्थासम्मका व्यक्तिहरू लालनपालन र पोषणका लागि आफ्ना जन्मदाता अथवा अभिभावकमाथि निर्भर रहेका हुन्छन् भने युवा तथा प्रौढ अवस्थाका व्यक्तिहरू अपेक्षाकृत स्वावलम्बी भएर अन्य व्यक्तिको समेत आश्रयदाता तथा अभिभावक बनिहाल्छन्। यसै क्रममा वृद्धावस्था आउँछ। यो अवस्था एउटा बिस्तारै आउने अवस्था हो, जुन स्वाभाविक र प्राकृतिक हुन्छ। वृद्धावस्था जीवनको सत्य हो, यसबाट कोही पनि बाँच्न सक्दैन, तर मानिस वृद्धावस्थाको कल्पना गरेर भयभीत र निराश भइहाल्छ। जब व्यक्ति आफूलाई वृद्ध मान्न थाल्छ, तब ऊ कमजोर अनुभव गर्न थाल्छ। ऊ अर्काको सहानुभूति र सहयोगको अपेक्षा गर्न थाल्छ। यस अवस्थाका, सामान्यतः अधिकांश, व्यक्तिहरू शारीरिक एवं मानसिकरूपले अशक्त हुने भएकाले तिनीहरूका समक्ष अनेक समस्याहरू उपस्थित हुने गर्छन्।

सामाजिक पक्ष : अहिले सामाजिक परिवर्तन अति तीव्र गतिमा भइरहेको छ। राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रियस्तरमा जनसङ्ख्याको गतिशीलताले गर्दा परम्परागत सामाजिक मूल्य र मान्यतामा पुनर्विचार हुन थालेको छ। उत्पादन क्षेत्र र चिकित्साको क्षेत्रमा भएका विकासले मनुष्यको आयुलाई लामो बनाएको छ, जसले गर्दा वृद्धावस्थाका व्यक्तिहरूको सङ्ख्यामा वृद्धि भएको छ। परम्परागत सामाजिक व्यवस्थामा वृद्धावस्थाका मानिसहरूलाई अनुभवी ठानेर नीति निर्माण तथा सामाजिक निर्णयहरूमा प्रतिष्ठित स्थान प्रदान गरिएको हुन्थ्यो। तर अहिले युवा पीढीका शिक्षित र ज्ञानी वर्गका व्यक्तिहरूले यसलाई स्वीकार गरेका पाइँदैनन्। आधुनिक समाजमा राष्ट्रिय र राज्यको कानूनको समक्ष सामाजिक कानून र अनुशासन प्रायः समाप्त भइसकेको छ। यसले गर्दा समाजमा वृद्धावस्थाका व्यक्तिहरूको समन्वयको समस्या रहेको छ। यसरी वर्तमान औद्योगिक स्वरूपको समाजमा अनुत्पादक वर्गका मानिने वृद्धहरूको उपयोगिता कम हुने भएको समाजमा तिनीहरूको भूमिका परिवर्तित भएको हुन्छ।

पारिवारिक पक्ष : पहिले समाजमा संयुक्त परिवार प्रणाली थियो। यस प्रणालीमा परिवारका समस्त सामाजिक, आर्थिक र व्यावहारिक अधिकार वृद्धवृद्धालाई सुम्पेर अर्का सदस्यहरूले तिनका निर्देश अनुसार कार्य गर्नुपर्ने सामाजिक अनुशासन कायम गरिएको हुन्थ्यो। यस्तो व्यवस्थाले वृद्धहरूलाई सामाजिक, आर्थिक र भावनात्मक सुरक्षाको क्षेत्रमा महत्त्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गरेको थियो। यसबाट वृद्धजन मानसिक तनावबाट टाढा रहेर आफ्ना अनुभवहरूबाट समाजलाई लाभान्वित गराइरहेका हुन्थे।

यस सन्दर्भमा के देखिन्छ भने अहिले समाजमा संयुक्त परिवार प्रणाली लगभग समाप्त भइसकेको छ। यदि परिवारमा २–४ दाजुभाइ छन् एवं वैधानिकरूपले भिन्न भइसकेका छैनन्, तथापि सबैको पारिवारिक परिस्थिति भिन्नभिन्न नै रहेको हुन्छ। परिवारको अवधारणामा पति, पत्नी तथा सन्तान मात्र मानिन थालिएको छ। त्यसमा पनि सन्तान वयस्क भइनसकेसम्म मात्र। वयस्क सन्तान आफ्नो निर्णय स्वयम् गर्न रुचाउँछन्। माता–पिता तथा वृद्ध–वृद्धाको अवस्था दिनानुदिन दयनीय हुँदै गइरहेको छ। पतिपत्नी पहिले एक सिक्काका दुई पाटा भनिने गरिएकामा अहिले एक सिक्काका दुई बेग्लाबेग्लै भाग मानिन थालिएका छन्। महिलावर्ग अहिले विशुद्ध गृहिणी नरही विद्यालय, महाविद्यालय र विश्वविद्यालयबाट शिक्षा प्राप्त गरी विभिन्न व्यवसाय/कार्यालयमा कामकाजी भइसकेका छन्। पारिवारिक अनुशासन समाप्तितिर अग्रसर रहेको छ। व्यक्ति स्वतन्त्ररूपले सबै कार्य गर्न चाहन्छ। ऊ आफ्नो कार्य व्यापारमा स्वयम् निर्णय लिन चाहन्छ। बालकबालिकाको विवाह अहिले अभिभावकको इच्छाभन्दा पनि सम्बन्धित वरवधूकै इच्छा अनुसार हुन थालिसकेको छ। वैवाहिक सम्बन्धको विषयमा परिवार, जाति, वंश, खानदान, संस्कारभन्दा पनि शिक्षा, आयआर्जन र सौन्दर्य आदि कुरा निर्णायक हुन थालिसकेका छन्। पतिपत्नी दुवैको कार्यव्यस्तता बढिसकेको छ। यहाँसम्म कि सन्तानोत्पत्तिको विषयमा समेत पतिपत्नी योजना बनाउने गर्छन्। सन्तानहरूको कार्य व्यापारले गर्दा परिवारहरू मूल स्थानबाट विस्थापित हुने बाध्यताका कारण परिवारका वृद्धवृद्धाको अवस्था सोचनीय भएको छ।

आर्थिक पक्ष : प्राच्य कालगणनाको सिद्धान्त अनुसार वर्तमान युगलाई कलियुग भनिन्छ। यसलाई अर्थप्रधान युग पनि भनिन्छ। अहिले प्रत्येक क्रियाकलापको मूल अथवा केन्द्रमा अर्थ अर्थात् धन नै रहेको देखिन्छ। मानिसका आवश्यकता बढिरहेका छन्। तिनको आपूर्तिमा धनको महत्त्वपूर्ण स्थान हुन्छ। अहिले प्रत्येक मनुष्य आफ्नो आर्थिक आम्दानी बढाउनेतिर ध्यान केन्द्रित गर्न बाध्य भएको छ। यसले गर्दा समाज, परिवार, नाता–कुटुम्बका साथै संस्कार र व्यवहार पनि प्रभावित भएका छन्। मानिसको प्रत्येक कार्यमा केही न केही प्राप्तितिर उन्मुख रहने प्रवृत्ति देखिनुका कारणले गर्दा ऊ कर्तव्यभन्दा पनि हकहित र अधिकारप्रति बढी सजग देखिएको छ।

यस सन्दर्भमा वृद्धावस्थाका आर्थिक पक्षतिर विचार गर्दा एउटा कुरो जनसाङ्ख्यिकी सङ्क्रमण पनि देखिन्छ। जनसाङ्ख्यिकी सङ्क्रमणको तात्पर्य त्यो प्रक्रिया हो, जसद्वारा कुनै पनि देश अथवा समाज आफ्नो उच्च जन्मदर र मृत्युदरबाट कसरी निम्न जन्मदर र मृत्युदरतिर अग्रसर हुन्छ। जनसङ्ख्यामा वृद्धवृद्धाहरूको अनुपातमा वृद्धि हुनु यसैको परिणाम हो, जुन आर्थिक विकास तथा आधुनिकीकरण जस्ता पक्षद्वारा निम्त्याइएको भनिन्छ। यसमा ध्यान दिनुपर्ने कुरो के हो भने जनसङ्ख्यामा वृद्धवृद्धाहरूको अनुपातमा वृद्धि, बढ्दो दीर्घायु अथवा जीवन सम्भाव्यताका कारण हुने हो भन्ने कुरा आंशिकरूपमा मात्र सत्य हो। वास्तवमा यसको अर्को कारण भनेको मानिसको जन्मदरमा भएको कमी पनि हो। जन्मदरमा परिवर्तन हुनु जनसाङ्ख्यिकी सङ्क्रमणको एउटा विषय हो। यसमा औद्योगिकीकरण र आधुनिकीकरणको महत्त्वपूर्ण भूमिका रहेको छ। यसबाट जनसाङ्ख्यिकी सङ्क्रमण त भएको छ नै, यसका अतिरिक्त यसले समाजको संस्थागत ढाँचामा आमूल परिवर्तन ल्याइदिएको छ। यसले गर्दा समाजमा वृद्धावस्थाका व्यक्तिहरूलाई तालमेल मिलाउन कठिन हुन पुगेको छ। एउटा वृद्ध वा वृद्धा व्यक्ति आफ्नो जैविक, मनोवैज्ञानिक तथा सामाजिक संसाधनहरूको कमीले गर्दा समाजमा आफ्नो स्थान तथा सुरक्षामा ह्रास भएको अनुभव गर्छ। पहिले परिवार भनेको उत्पादनको एउटा एकाइ हुन्थ्यो, तथा उत्पादनकारी शक्तिको नियन्त्रण परिवारका वरिष्ठ सदस्यहरूको हातमा हुन्थ्यो, जसले गर्दा व्यक्तिगत विशेषताहरूमा ह्रास आए तापनि उसको स्थान र प्रभावलाई कायम राख्ने गर्थ्यो। परन्तु अहिले परिवार आफ्नो उत्पादन कार्यबाट फरक हुन थालेको तथा परिवारका युवा वा कनिष्ठ सदस्य आआफ्नो परिवारलाई अझ बढी समृद्ध बनाउने उद्देश्यका साथ आफ्ना वरिष्ठ सदस्यगणदेखि आर्थिकरूपबाट स्वतन्त्र हुनका लागि अलग भइहाल्छन्। यसबाट परिवारको ढाँचा परिवर्तित हुन्छ। अहिलेको नवीन पारिवारिक ढाँचामा प्रायः वृद्धवृद्धालाई तिनीहरू स्वयंको भरोसामा छाडिदिने गरिन्छ, जबकि तिनीहरूको सामाजिक सामञ्जस्य बनाइराख्ने क्षमता पनि कम भइरहेको हुन्छ। अर्कोतिर आधुनिक आर्थिक तर्क–सङ्गतिको आधारमा वृद्धवृद्धालाई अनैच्छिकरूपमा लाभकारी रोजगारहरूबाट हटाइदिने गरिन्छ, जबकि तिनीहरूमा त्यस समयसम्म उत्पादनकारी योग्यता विद्यमान रहन्छ अथवा केही मात्रामा मात्र कम भएको हुन्छ। पहिले वृद्धवृद्धाहरू आफूले चाहेसम्म तथा सकेसम्म कार्य व्यापारमा सहभागी हुन्थे भने अहिले उमेरको कारण अनिवार्य कार्य–निवृत्त गरिदिने गरिन्छ। यसरी तिनीहरूको आर्थिक असुरक्षामा अझ वृद्धि हुने गर्छ। खासगरी महिलावर्ग वृद्धावस्थामा बढी असुरक्षित हुने गर्छन्। पुरुषको अपेक्षा महिलाको शैक्षिकस्तर सामान्यतः कम हुन्छ तथा लाभकारी योजनाहरूमा पनि सहभागिता कम हुने गर्छ। यसले गर्दा महिलाहरू प्रायः पुरुषसम्बन्धीहरूमाथि निर्भर हुने गर्छन्।

वृद्धावस्थाका समस्याहरू: यस अवस्थाको सबैभन्दा मुख्य समस्या भनेको शारीरिक कमजोरी हो। यस अवस्थामा शरीर शिथिल हुनु, आँखा कमजोर हुनु, कान नसुन्नु, हाडजोर्नीका समस्या, दाँत झर्नु, पाचनशक्तिमा कमी, रक्तसम्बन्धी विकार, श्वासप्रणालीसम्बन्धी समस्या, हिंड्डुल गर्न तथा नित्य क्रियाकर्म गर्नमा समस्या इत्यादि हुने गर्छन्। व्यक्तिको कार्यशक्तिमा ह्रास हुन्छ। शरीर कमजोर भएपछि रोग–प्रतिरोधक क्षमता पनि कम हुने भएकोले अन्य शारीरिक रोगहरूले आक्रमण गर्ने खतरा हुन्छ।

क्रमशः

आनन्दको खोजी : मनको अन्तर्यात्रा

हरिकृष्ण बराल
(स्वामी राधामाधव)
मुर्ली बगैंचा, वीरगंज

सबै मानिस असाधारण छन् । किनकि सबैभित्र परमात्मा मौजुद छ र सबैजना एउटा अद्भुत सम्भावना लिएर जन्मेका छन् ।

एउटा बीउ हामीभित्र पनि मौजुद छ, यो बीउ धेरै सम्भावना लिएर बसेको छ । यो बीउ ठूलो वृक्ष भएर झाङ्गिने, फुल्ने, फल्ने सबै सम्भावना छ । एउटा बीउमा यति सम्भावना छ कि यो सम्पूर्ण पृथ्वीलाई हरियो बनाउन सक्छ । किनकि एउटा वृक्षमा हजारौं फल लाग्छन् र ती फलभित्र हजारौं बीउ हुन्छन् । हरेक बीउ फेरि वृक्ष बन्न सक्छ । बीउको विराट सम्भावना छ । त्यसैले हामीले आफूलाई साधारण मनुष्य मानेर प्रभुलाई प्राप्त गर्न सक्दिनँ भन्नुहुँदैन । हामी आफ्नो सम्भावनालाई हेरौं, तब हाम्रो प्राण अद्भुत जिज्ञासाले, उमङ्ग, उत्साह र ऊर्जाले भरिपूर्ण हुनेछ । हाम्रो सामुन्नेमा एउटा ठूलो चुनौती छ । हामी अङ्कुरित हुनु छ, पल्लवित हुनु छ, पुष्पित हुनु छ, छायादार वृक्ष बन्नु छ । यसैले हामी साधारण होइनौं, कुनै पनि बीउ साधारण हुँदैन । यसैगरी कुनै पनि मानिस साधारण हुँदैन ।

एउटा मानिसको औंलाको छाप अर्को मानिसको औंलाको छापसँग मेल खाँदैन । त्यसैले प्रत्येक व्यक्ति अनौठो छ, बेजोड छ, अद्वितीय छ र असाधारण पनि छ । सबैभन्दा पहिले हामीले यसलाई स्वीकार गर्नुपर्छ र यसलाई पहिचान गर्नुपर्छ । यसपछि स्वाभाविकरूपले हामीभित्र अर्को प्रश्न उठ्छ कि यो सम्भावनालाई वास्तविकतामा बदल्नको लागि हामी के गर्न सक्छौं ? आफ्नो सम्भावनालाई वास्तविक गर्नको लागि ध्यान साधना, भक्ति साधना, तन्त्र साधना जस्ता धेरै मार्ग छन् । यसको मतलब हामी अरूभन्दा श्रेष्ठ अथवा निकृष्ट छौं भन्ने पनि होइन । सबै मानिस परमात्माको सम्भावना लिएर जन्मेका छन् । सबै बीउरूपमा वृक्ष बन्न आएका छन् ।

जुन साधक न ध्यानको गहिराइमा जान सक्छन्, न प्रेममा डुब्न सक्छन्, त्यस्ता साधकहरूले सम्यक कर्मको मार्ग अपनाउनु राम्रो हुन्छ । हाम्रो व्यक्तित्वको मुख्यरूपमा तीन भाग छन । पहिलो हाम्रो शरीर, दोस्रो हाम्रो मन, तेस्रो हाम्रो हृदय । हाम्रो शरीरमा भौतिक शक्ति छ, हाम्रो मनमा विचारको शक्ति छ, हाम्रो हृदयमा भावशक्ति छ । एउटा मानिसको ऊर्जा कर्ममा अथवा ज्ञानमा अथवा भक्तिमा प्रवाहित हुन सक्छ । जुन साधक ज्यादा बौद्धिक किसिमको छ, ज्ञानी किसिमको छ, उसलाई ध्यानको गहिराइ सजिलैसँग प्राप्त हुन्छ । किनकि ऊ विचार गर्दागर्दै थाकिसकेको हुन्छ, उसको लागि निर्विचार जागरूकतामा डुब्नु विश्रामदायी हुन्छ । उसको प्राण यसैतर्फ लालायित भएर लाग्छ । ऊ विचारशील छ, बुद्धिजीवी छ, विचारसँग लड्दालड्दै ऊ थाकिसक्यो, उसलाई वाक्क लागिसक्यो । दिनरात बुद्धिको काम गर्दागर्दा अब ऊ बुद्धिलाई विश्राम दिन चाहन्छ । ध्यानमा, निर्विचार जागरणमा डुबुल्की लगाउनु नै उसको लागि उत्तम हुन्छ ।

अर्को मार्ग छ- भावनाको, संवेदनाको । इमोशनल तथा सेन्टिमेन्टल मानिसहरूको लागि भक्तिमार्ग राम्रो हुन्छ । भावना एक प्रकारको कल्पना शक्ति हो । यो विचार शक्तिभन्दा बिल्कुल भिन्न हुन्छ । परम सत्यसम्म पुग्नको लागि हामी यो मार्गको उपयोग गर्न सक्छौं ।

अर्को मार्ग छ- कर्ममार्ग । संसारमा कर्मठ मानिस धेरै छन् । ज्ञानी र भावुक मानिस कम छन् । प्रेम प्रज्ञामा गुरुको सेसनमा बसुन्जेल हामीलाई हामी पनि प्रेमी किसिमको व्यक्ति भए जस्तो लाग्छ । यो त गुरुको ऊर्जाको प्रभाव हो । केही समयपछि यसको प्रभाव समाप्त भएर जान्छ । संसारमा थोरै मानिस मात्र प्रेमी स्वभावका छन् र विवेकपूर्ण मानिसहरू पनि बहुत कम छन् । यसैले न ध्यानको मार्ग धेरै फराकिलो राजमार्ग बन्न सक्छ, न त भक्तिको मार्ग धेरै फराकिलो राजमार्ग बन्न सक्छ । त्यसैले ज्ञान मार्ग वा ध्यान मार्ग, भक्ति मार्ग भनेका गोरेटा बाटाहरू हुन्, यी बाटाहरूमा कहिलेकाहीं कोहीकोही मानिसहरू मात्र हिंडने गर्छन् । यसरी हेर्दा कर्मयोग नै परमात्मासम्म जाने राजमार्ग हो ।

साधनाको दृष्टिले कर्मयोग, ध्यानयोग (ज्ञानयोग) र भक्तियोग गरी तीन योग छन् । जसलाई ध्यान गहिरोसँग लाग्दैन, भक्तिमा, प्रेममा, श्रद्धामा गहिरो रुचि छैन, उसले कर्म साक्षी भएर परमात्मालाई प्राप्त गर्न सक्छ । कर्मयोगमा साधकहरूले आफ्नो शारीरिक क्रियाहरूप्रति सजगता अपनाउँदै ससाना क्रियाहरू पनि होशपूर्वक गर्नुपर्छ ।

पहिलेका साधुमहात्माहरूले सन्यास र ध्यानको नाममा जे गरेका थिए । त्यो देखेर सामान्य मानिसहरू सन्यास अथवा ध्यानको नाम सुनेर पर-पर भाग्ने गर्छन् । पलायनवादी तथा भगौडा किसिमका मानिसहरू घरपरिवार तथा समाजलाई छोडेर जङ्गल भागे । हामीहरूलाई पनि झट्ट हेर्दा यस्तो लाग्थ्यो कि गुफामा बसेर ध्यान गरेका कारणले उनीहरूलाई ध्यान घटित भयो होला । तर असलमा उनीहरूलाई न ध्यान घटित भएको थियो, न उनीहरू सच्चा सन्यासी थिए । उनीहरू केवल भगौडा थिए । उनीहरू जीवनका जिम्मेवारीहरूलाई स्वीकार गर्न चाहँदैन थिए । उनीहरू जीवनका चुनौतीहरूसँग बच्न चाहन्थे । उनीहरूकै कारणले समाजका मानिसहरू सन्यासीहरूबाट सावधान रहन थाले । मानिसहरू गाउँमा कोही सन्यासीको आगमन हुँदा उनको पाउँ छुन जान्थे । यो उनीहरूको देखावटी व्यवहार थियो । किनकि कोही पनि आफ्नो छोरालाई सन्यासी बनाउने हिम्मत राख्दैनथे । यो कुरा सुन्ने बित्तिकै प्राणमा सङ्कट पर्थ्यो । अरूको छोरा सन्यासी बनेको छ भने उसलाई फूलमाला लगाइ सम्मान गर्न पछि पर्दैन थिए । तर आफ्नो छोराले पसल चलाओस्, नोकरी गरोस्, आफूलाइ छोडेर कतै नजाओस्, घर गृहस्थी सम्हालेर बसोस् भन्ने चाहन्थे ।

यी सबैका कारण एउटै थियो । सन्यासीहरूले मानिसहरूलाई डर पैदा गरिदिए । हामी सोचौं, विश्वमा करोडौं मानिसहरू सन्यासी भए, तिनीहरूका पत्नीहरूको अवस्था कस्तो भयो होला ? आफ्नो पति जिउँदो हुँदाहुँदै विधुवाको जस्तो जीवन जिउनुपर्दा उनीहरूले कति दुःख कष्ट उठाउनुपर्‍यो होला ? उनीहरूका बालबच्चाको के अवस्था भयो होला ? पिता जिउँदो हुँदाहुँदै अनाथ जस्तो जीवन बिताउँदा उनीहरूको मानसिक स्थिति कस्तो भयो होला ? कति महिलाहरूले जीविकोपार्जनको लागि वेश्या बन्नुपर्‍यो होला । ती सन्यासीहरूका मातापिताको अवस्था कस्तो भयो होला ? उनीहरूको बूढेसकालको सहारा घरबाट भागेपछि उनीहरूले कति कष्ट उठाउनुपर्‍यो होला ? यिनै करोडौं करोड मानिसहरूको मनमा बसेको घाउको कारणले मानिसहरूलाई ध्यान र सन्यासको नाममा घृणा पैदा भयो । तर अहिले सन्दर्भ फेरिएको छ । ओशोले सन्यासको परिभाषा फेरिदिएका छन् । ओशो भन्छन्- संसारमा तपाईं जहाँ हुनुहुन्छ, जे काम गरिरहनुभएको छ, त्यसैलाई होशपूर्वक गर्नुहोस् । त्यसैलाई प्रेमपूर्वक गर्नुहोस् । कर्मबाट पलायन नहुनुहोस् । बरु त्यही कर्मलाई सुन्दर ढङ्गले गर्नुहोस् । त्यसैले ओशोको नवसंन्यासबाट डराउनुपर्ने कुरा केही छैन ।

धेरै मानिसले बाहिरबाहिरको आचरण राम्रो देखाउने कोशिश गर्छन् । हाम्रो बाहिरी व्यवहार भनेको हामीले लाज ढाक्नको लागि वस्त्र धारण गरेको जस्तै हो । म आफ्नो कपडा फेरिफेरि लगाउँछु, कहिले कुन रङको लगाउँछु, कहिले कुन रङ लगाउँछु । डिजाइन पनि बदलिरहन्छु । तर जति कपडा बदले पनि म भने कहिल्यै बदलिन्नँ । मैले लगाउने कपडा म हैन । कपडा भनेको बाहिर-बाहिरका कुरा मात्रै हो ।

क्रमशः

कास्टर प्लान्ट प्वायजनिङ वा अरण्डीको विषाक्तता

स्वास्थ्य चर्चा

डा शिवशङ्कर यादव
shivshankaryadav3398@gmail.com

पाठकवृन्द आज अर्को स्थानीय बिरुवाको विषाक्तता र सँगै उपयोगिताको वर्णन हुनेछ, जुन बिरुवाहरूको विषाक्तताको विवेचनाको अन्तिम भाग हुनेछ । त्यस बिरुवाको नाम हो अरण्डी । यस बिरुवासँग सबै परिचत हुनुपर्छ । कास्टर आयलसँग को परिचत नहोला ? यस बिरुवालाई अङ्ग्रेजीमा कास्टर, हिन्दीमा अरण्डी, नेपालीमा इरण्डी र भोजपुरीमा रेडी भनिन्छ । यो पनि मदार जस्तै एक पेरिनियल अर्थात् कैयौं वर्षसम्म नरोपी हुर्कने बिरुवा हो । तर यसको यति बढी, आर्थिक, मेडिसिनल र अन्य मूल्य छ कि यसको व्यापक खेती गरिन्छ । यसको खेती रबि र खरीफ दुवै मौसममा गरिन्छ । अर्थात् वर्षमा दुई बाली काटिन्छ । यसको बीउलाई सुरक्षितसँग राखियो भने १९ वर्षसम्म पनि उम्रनलायक रहन्छ । चार वर्षसम्म त यो कम सुरक्षित राखियो भने पनि उम्रन लायक रहन्छ । यो बारी र गलीमा आफैं पनि हुर्किन्छ । अक्सर यो मेवा जस्तै र कहिलेकाहीं त त्यस सँगसँगै पनि हुर्किन्छ । यसको पात मेवाजस्तै ठूलो र बीच-बीचमा काटिएको हुन्छ । तर मेवामा लटरम्म फल लाग्छ, जबकि यसको फल शाखा-प्रशाखाको अन्तमा ससाना हुन्छ र धतुरोको फल जस्तै तर नरम स्पाइक हुन्छन् । आज भारत यसको सबैभन्दा बढी ९० प्रतिशत वितरक हो । यसले ४००० बिसीको इतिहास लिएर बसेको छ, जब इजिप्टमा यसको वर्णन पाइएको थियो । हेरोडोटस र अन्य ग्रीक यात्रुहरूले यसको वर्णन त्यति बेला बत्ती बाल्ने, बडी ओइन्टमेन्ट र कपालवृद्धि गराउन उपयोग हुन्थ्यो भनेका छन् । बढी पाकेपछि यसको बीउ फुटेर जमीनमा खस्ने गर्छ, जो बीउ डिस्पर्सल अर्थात् बिरुवालाई अन्यत्र पठाउने एक प्राकृतिक विधि हो । यसरी बिरुवाले बीउलाई मातृबिरुवादेखि पाँच फिट टाढा फ्याँक्न सक्छ । बाँकी वितरण रोडेन्ट र चराहरूले गर्छन् । तपाईंको जुत्तामा टाँसिएर पनि यो अन्यत्र जान सक्छ । अरण्डी एउटा युफोरवेइसी परिवारको बिरुवा हो, जसको वैज्ञानिक नाम रिसिमस कमुनिस हो । यसको रूख ४० फिटसम्म अग्लो र मोटो पनि हुन्छ तर सजिलै भाँच्ने हुनाले यसको रूखमा चढन सकिंदैन । यसको बीउ दुई प्रकारका हुन्छन् । एउटा ठूलो र अर्को सानो । ठूलो प्रकारको बीउ खैरो धब्बाको साथ रातो हुन्छ, जसले ४० प्रतिशत कास्टर आयल दिन्छ । सानो प्रकारको बीउ खैरो रङ्को हुन्छ, जसमा चम्किलो चकता हुन्छ, जसले ३७ प्रतिशत तेल दिन्छ । जसको शुद्धरूप औषधि बनाउनमा उपयोग हुन्छ । पाँच प्रतिशत पोटाशियम क्लोराइडको घोलमा तताएपछि यसको बोक्रा छुट्टिन्छ त्यसपछि कारखानामा बोक्रारहित बीउबाट कास्टर आयल अथवा अरण्डीको तेल बन्छ । यसको बीउमा पाइने विषको नाम राइसिन हो, जुन सायनायड विष भन्दा ६००० गुणा बढी र रैटल स्नेक

भेनमभन्दा १२००० गुणा बढी विषालु हुन्छ, जसको सर्वाधिक मात्रा बीउको बाहिरी बोक्रामा हुन्छ । यसले टाक्सिक ब्याक्टेरियाको एक्सोटाक्सिन जस्तो काम गर्छ । यसको विषाक्तता मृत्युमा पुर्‍याइ दिने खालको गेस्टरोइनटराइटिस गराउँछ र साथै भिसेरा अर्थात् कलेजो, फियो आदिलाई पनि क्षति गर्छ । तर यस प्रकारको नोक्सान कमै देखिएको छ । बीउ तीतो स्वादको हुन्छ र यसको विष पानीमा अत्यधिक घुलनशील हुन्छ । कुनै बेला बिबीसीका एङ्कर जर्ज मेलोनीको हत्या यस विषबाट गरिएको थियो । यो विष बीउमा अत्यधिक हुन्छ तर रूखमा अल्प मात्रामा पाइन्छ । तर यसको औषधीय र पोषक महत्त्व पनि कम छैन । यसको लागि विषलाई त्यसबाट हटाउने प्रोसेसिङ गरिन्छ । बीउको आकार लामो अलि चेप्टो र ठूलो प्रकारको बीज २० मिमी लामो र १० मिमी चौडा हुन्छ तर यसभन्दा सानो पनि हुन्छ । सानो प्रकारको बीजको आकार ८ मिमी लामो र ५.३ मिमी हुन्छ । पोषक तत्त्वको रूपमा यसमा कार्बोहाईड्रेट प्रति १०० ग्राम बीउमा ६५.३७ ग्राम, प्रोटिन ११.५ ग्राम, बोसो ५.८ ग्राम, क्याल्शियम ११० ग्राम, आइरन ९५ ग्राम र फाइबर पनि प्रचुर हुन्छ । प्रोटिनमा फाइटिन लोबोल्वायड र क्रिस्टेल्वाड हुन भने प ऽ ै ट म ा राइसिनोलिक एसिड ९५, लाईनोलिक एसिड४ देखि ५, ओलिक एसिड ३ देखि ४, स्टियरिक एसिड १ देखि २ तथा पामिटिक एसिड १ देखि २ प्रतिशत हुन्छ । राइसिन नामक घातक विष बोक्रामा पाइन्छ त्यसलाइ हटाएपछि गुदीलाई पानीमा घोलिन्छ जसले पानीमा घुलनशील राइसिन हट्छ । बाँकी बचेकोलाई फ्लोटिङ विधिले प्रोसेसिङ गरेर हटाइन्छ । यसरी प्राप्त तेलमा राइसिन नभएकोले खान लायक बन्छ । लाइनोलिक एसिडले आन्द्रा र पाठेघरको गतिलाई वढाई दिन्छ ।

अतः यसको औषधीय उपयोग पनि कम छैन । कास्टर आयलले कपालको रक्त सञ्चारलाई बढायेर कपाल बलियो र वृद्धिमा सहयोगी हुन्छ । यसले मोस्चर इरिङ एजेन्टको काम गर्छ र अनुहारमा लगाए डन्डीफोर निस्किंदैन तर बढी लगाइयो भने यसले रोमकुपलाई बन्द गरी डन्डीफोरको कारक बन्न सक्छ । अतः चिकित्सकको उचित सलाह बमोजिम नै यसको प्रयोग गर्नुपर्छ । आँखा सुक्खा हुने बेला पनि यो काम लाग्छ । कोलोनोस्कोपी गर्न बेलामा पनि यसको प्रयोग गरिन्छ । लाइनोलिक एसिडले आन्द्राको गति वढाई दिने कारणले कास्टर आयल कब्जको लागि एक स्वीकृत औषधि हो । तर यहाँ पनि चिकित्सकको सल्लाह अनुसार नै प्रयोग गर्नु पर्छ । प्रायः सप्ताहमा एक चोटी मात्र लिन चिकित्सकले सलाह दिन्छन् अन्यथा साइड ईफेक्ट हुन्छ । हाई क्वालिटीको इन्जिन र हवाइजहाजमा लुब्रिकेन्टको रूपमा पनि यसको रेसिनोलिन भने उत्पादको प्रयोग हुन्छ । दाँतको सफाईमा पनि यो काम लाग्छ । यसको प्रयोग एक फ्लेभरिङ एजेन्टको रूपमा पनि गरिन्छ । जसरी मदारको पात जोर्नीको दुखाई र सुन्निएकोमा प्रयोग गरिन्छ त्यसरी नै यसको पातको पनि प्रयोग हुन्छ । यसको तेल जोर्नीमा मालिस गर्ने एक उत्तम तेल हो । यसको पातको सानो टुक्रा काटेर बीचमा छिद्र बनाई कुनै पिलोमा टाँसियो पिलो छिटो पाकेर त्यही छिद्र भएर पीप बनेर बग्छ । गर्भवतीको प्रसव पीडा शुरू हुनमा विलम्ब हुन्छ त्यसमा कास्टर आयल दिइयो भने प्रसव तुरुन्त शुरू हुन्छ तर यो गर्भवतीको लागि बढी पीडादायी भएको देखियेको छ ।

छालामा यसको पात दल्यो भने चिलाउनुका साथै चकता र बिमिरा निस्किन्छ । यसको बिरुवा जनावरको लागि पनि विषाक्त हुन्छ । सरसोको तेल पेलिएपछि अवशेषलाई खली भनिन्छ जुन जनावरको लागि धेरै पौष्टिक तत्त्व हो । तर अरण्डीको बीउको खली विषाक्त हुन्छ र बिर्सिएर पनि जनावरलाई दिनु हुँदैन । रूखको कुनै पनि भाग विशेष गरी बीउ चपाएर खाइयो भने केहीबेरमा घाँटीमा जलन, वाकवाकी र डरलाग्दो प्रचुर वान्ता हुन्छ । यसको अतिरिक्त तिर्खा लाग्ने, चक्कर र पेटमा मडारिएर असह्य दुखाइ हुन्छ । नाडीको गति छिटोछिटो तर कमजोर हुन्छ । छाला चीसो र नम, मांसपेशी दुख्ने, पानीको कमी, युरेमिया र कहिलेकाही ओलिग्युरिया अर्थात पिसाब कम वा नहुने हुन्छ । उपचार गरिएन भने त्यसपछि कोल्याप्स र मृत्यु हुन्छ । पखालामा रगत देखिन र नदेखिन पनि सक्छ । कसैकसैमा अन्तिम समयसम्म चेतना रहन्छ । यसको मृत्युकारक खुराक ६ मिग्रा हो जो १० बीउको बराबर हुन्छ । एउटा बीउले पनि चेतावनीयुक्त लक्षण पैदा गर्न सक्छ । दुईवटा बीउ खाएर एउटा मान्छे मरेको पनि उदाहरण छ । उपचारमा अमाशयको सफाइपछि डिहाइड्रेसनको लागि ग्लुकोज सेलाइन दिइन्छ । त्यसपछि मुखबाट २.५ मिग्रा सोडियम कार्बोनेट आठ-आठ घण्टामा दिइन्छ जसले पिसाबलाई अल्केलाइन बनाई राख्छ । कहिलेकाहीं रगत चढाउन पनि जरूरी हुन्छ । अस्तु

लघुकथा

पीपलको बोन्साई

- ईगम खालिङ

त्यो दिन श्रुतिको आठौं जन्मदिन थियो । बिहानैदेखि घरका सदस्यहरूलाई हतार भए तापनि आफूचाहिं आरामले सुतिरहेकी बेलामा उनको कानमै कसैले "श्रुति ! श्रुति ! श्रुति !" भन्दै बोलाएको शक्तिशाली आवाज आउँछ ।

श्रुतीले 'हजुर' भन्नसाथ बैठक कोठाबाट उसलाई कसैले मधुर आवाजमा जन्मदिनको शुभकामना दिन्छ, "श्रुति ! जन्मदिनको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना छ । तिम्रो जीवनमा खुशीको दिन कहिल्यै नसकोस् ।" कहिले नसुनेको आवाज सुनेर ऊ छक्क पर्छे । पलङ्गबाट एक्कासि उठेर ऊ आँखा माड्दै बैठक कोठामा पस्छे अनि एकपल्ट चारैतिर राम्ररी निहार्छे । तर त्यहाँ कोही पनि नदेखेर ऊ फर्किइरहेको बेला अचानक आवाज आउँछ– "श्रुति ! म यहाँ छु ।"

ऊ झन् छक्क पर्छे कि उसलाई बोलाउने साथै त्यस्तो मीठो स्वरमा जन्मदिनको शुभकामना दिने त त्यो पीपलको बोन्साई बोट पो रहेछ । ऊ के गरू कसलाई सुनाऊ हुन्छे । त्यो बोट फेरि बोल्न थाल्छ, "श्रुति ! मैले आजको दिन पर्खेको सात वर्ष भइसकेको छ । मेरो पीडा कसैले बुझ्न सकेन । म यसरी घरभित्र माटाको थालमा कुच्रिएर बसिरहनुहुँदैन । म यसरी बसिरहे भने तिम्रो परिवारलाई राम्रो हुनेछैन । त्यसैले तिमीले मलाई आज मुक्ति दिनुपर्छ । घरमाथिको मन्दिर परिसरमा तिमीले मलाई तिम्रै हातले पुनर्रोपण गर्नुपर्छ ।" श्रुतिले एकटक लगाएर पीपलको बोनसाई बोटलाई हेरिरहन्छे अनि पीपलको बोनसाई बोटले चाहिं तपतप आँसु झारिरहन्छ । उनको कलिलो मुटुमा पीपलको बोनसाई बोटप्रति असीम माया पलाएर आउँछ ।

जन्मदिनको केक काटिसकेपछि सबैले श्रुतिलाई जन्मदिनका शुभकामना र कोशेलीहरू दिन थाल्छन्, तर उनले भने आमा-बाबालाई त्यो पीपलको बोनसाई बोट नै जन्मदिनको कोशेलीका रूपमा माग्छे । "छोरी ! तिमीले त्यो माग्नुपर्दैन, त्यो त तिम्रै हो बरु कुनै अरू चीज माग" भनेर आमा-बाबा दुवैले उसलाई सम्झाउने कोशिश गर्छन् । त्यसपछि श्रुतिले उनीहरूलाई बिहानको त्यो घटना एकै सासमा वृतान्त सुनाउँछे । उनको कुरा सुनेर सबैजना आश्चर्यमा पर्छन् ।

श्रुतिका आमा र बाबाले त्यस पीपलको बोनसाई बोटको इच्छानुरूप त्यसलाई घरमाथिको मन्दिर परिसरमा छोरीकै हातबाट पुनर्रोपण गरिदिने निर्णय लिन्छन् । त्यसपछि सबैजना त्यो पीपलको बोनसाई बोट लिएर माथि मन्दिरमा गई त्यसलाई माटाको थालबाट मुक्त गरेर भुइँमा सारिदिन्छन् । त्यस पीपलको बोटले जस्तो श्रुतिलाई धन्यवाद दिन्छ । त्यस्तै, बढेर सात वर्षमा जत्रो हुनुपर्थ्यो त्यत्रै बोटमा परिणत हुन्छ । त्यस्तो एउटा अविश्वासनीय दृश्यको साक्षी भएर सबैजना अलमल्ल पर्छन् अनि एउटा अनौठो डरमा ईश्वरको नाम लिंदै त्यहाँबाट फर्किन्छुँ ।

जब उनीहरू घर आइपुग्छन्, त्यति बेला सबैजना हेरेका-हेरेकै हुन्छन्-नर्सरीका सारा बोनसाइका बोटहरू बढेर एउटा पटेर जङ्गलमा परिणत भइसकेका रहेछन् । अनि घर पनि भत्किएर भताभुङ्ग भइसकेको रहेछ । त्यस घटनापछि अझैं पनि मानिसहरू टाढा-टाढाबाट त्यो मन्दिर परिसरको पीपलको बोट हेर्न आइरहन्छन् । साभार: समकालीन साहित्य

विश्व सङ्गीत दिवसः विश्व सङ्गीत दिवसको अवसरमा तरेली सांस्कृतिक परिवारले शुक्रवार पोखरामा आयोजना गरेको सांस्कृतिक कार्यक्रममा झलकमान सारङ्गी पाठशालाका प्रशिक्षार्थीहरू प्रस्तुति राख्दै । तस्बिरः धनबहादुर गुरुङ/रासस

अन्तर्राष्ट्रिय समाचार

दिल्लीका मुख्यमन्त्रीलाई सम्पत्ति शुद्धीकरण मुद्दामा जमानत

नयाँ दिल्ली, ७ असार/सिन्ह्वा

दिल्लीको एउटा अदालतले मदिराको अन्तःशुल्क नीतिसम्बन्धी सम्पत्ति शुद्धीकरण मुद्दामा जेलमा रहेका दिल्लीका मुख्यमन्त्री अरविन्द केजरीवाललाई बिहीवार जमानत दिएको छ।

"प्रवर्तन निर्देशनालय (इडी)को सबै आपत्तिलाई अस्वीकार्दै सम्मानित अदालतले दिल्लीका मुख्यमन्त्री अरविन्द केजरीवाललाई जमानत दिएको छ," आम आदमी पार्टी (आप)ले सामाजिक सञ्जालमा लेखेको छ।

बिहीवार साँझ आदेश जारी भएपछि आदेशलाई पुनरावेदन गरी चुनौती दिन सकियोस् भनी इडीले जमानतपत्रमा हस्ताक्षर गर्न ४८ घण्टापछि सार्न अनुरोध गरेको थियो।

न्यायाधीशले उक्त आदेशमा रोक लगाउन अस्वीकार गरेका थिए। जमानतपत्र शुक्रवार न्यायाधीशसमक्ष पेश गरिएको थियो।

आम आदमी पार्टी (आप)का प्रमुखसमेत रहेका केजरीवाल शुक्रवार जेलबाट बाहिर निस्कने सम्भावना छ किनभने जमानतको आदेश पहिले जेल पुग्नुपर्ने हुन्छ।

तस्वीरः एजेन्सी

केजरीवाललाई इडीले गत मार्चमा विशिष्ट व्यक्तिहरूको पक्षमा मदिरामा अन्तःशुल्क निर्धारणमा प्रत्यक्ष संलग्नतासँग सम्बन्धित भ्रष्टाचारको आरोपमा गिरफ्तार गरेको थियो।

सन् २०२२ को अगस्तमा भारतको प्रमुख अनुसन्धान निकाय सेन्ट्रल ब्युरो अफ इन्भेस्टिगेसन (सिबिआई)ले दिल्ली सरकारले घूस खाएका केही मदिरा व्यापारीलाई फाइदा पुऱ्याउन उक्त नीतिको प्रयोग गरेको आरोप लगाएपछि दिल्लीको अन्तःशुल्क नीतिको अनुसन्धान शुरू भएको थियो। उक्त नीति पछि खारेज गरिएको थियो।

गत महीना भारतको सर्वोच्च अदालतले केजरीवाललाई देशको आम चुनावमा आफ्नो पार्टी र विपक्षी गठबन्धनका लागि प्रचार गर्न जून १ सम्मका लागि अन्तरिम जमानत दिएको थियो। अन्तरिम जमानत अवधि सकिएपछि उनी जेठ २८ गते जेल फर्किएका थिए।

आम आदमी पार्टीले एक दशकभन्दा बढी समयदेखि भारतको राष्ट्रिय राजधानी क्षेत्रमा शासन गर्दै आएको छ। यसले उत्तरी भारतीय राज्य पञ्जाबमा पनि शासन गर्छ। रासस

अमेरिकी सेनाद्वारा यमनको रेड सीमा छवटा हुथी ड्रोन नष्ट

वाशिङ्टन, ७ असार/एएफपी

अमेरिकी सेनाले बिहीवार यमनको लाल सागरमा चारवटा हुथी नटिकल ड्रोन र दुईवटा हवाई ड्रोन नष्ट गरेको बताएको छ।

इरान समर्थित हुथीहरूले नोभेम्बरदेखि रेड सी र एडनको खाडीमा कार्गो ढुवानी गर्ने जहाजहरूमा ड्रोन र क्षेप्यास्त्रले आक्रमण गर्दै आइरहेका छन्।

संयुक्त राज्य अमेरिका र बेलायतलगायत सहयोगीले महत्त्वपूर्ण जलमार्गमा ढुवानीको रक्षा गर्न र हुथी आक्रमणविरुद्ध सेना परिचालनलाई बढाएका छन्।

'युएस सेन्ट्रल कमान्ड (सेन्टकम)' ले बिहीवार राति एक विज्ञप्तिमार्फत सेनाले विगत २४ घण्टामा रेड सीमा चार इरानी ड्रोन र रेड सीमा दुई मानवरहित हवाई प्रणाली (युएएस) नष्ट गरेको बताएको छ।

अमेरिकी विदेश विभागका प्रवक्ता म्याथ्यू मिलरले एक विज्ञप्तिमार्फत हुथी आक्रमणको निन्दा गर्दै वाशिङ्टनले आवागमन र व्यावसायिक ढुवानीको स्वतन्त्रताको रक्षा गर्न आवश्यक कदम जारी राख्ने' बताए।

उनले हुथीलाई यस महीनाको शुरूमा हिरासतमा लिएका संयुक्त राष्ट्रसङ्घ, कूटनीतिक र गैरसरकारी सङ्गठनका कर्मचारीसहित सबै बन्दीलाई रिहा गर्न पनि आह्वान गरेका छन्।

यस महीनाको शुरूमा हुथी लडाकूले अमेरिकी-इजरायली जासुसी सञ्जालको हिस्सा भएको दाबी गर्दै धेरै व्यक्तिलाई पक्राउ गरेका थिए। पक्राउ पर्ने अधिकांश अन्तर्राष्ट्रिय सङ्गठनहरू र संयुक्त राष्ट्रसङ्घीय निकायमा काम गर्ने कर्मचारी रहेका थिए।

संयुक्त राष्ट्रसङ्घका छवटा निकाय र तीनवटा अन्तर्राष्ट्रिय गैरसरकारी संस्थाका प्रमुखले हुथीसमक्ष आफ्ना कर्मचारीको रिहाइका लागि संयुक्त आह्वान जारी गरेका थिए।

गाजापट्टीमा इजरायल-हमास युद्धको समयमा प्यालेस्टिनीको समर्थनमा रहेको भन्दै हुथी लडाकू समूहले यस्ता आक्रमणलाई वर्णन गर्दै आएका छन्।

हुथी लामो समयदेखि चलिरहेको गृहयुद्धमा संलग्न छन्, जसले विश्वको सबैभन्दा खराब मानवीय सङ्कटमध्ये एक सङ्कट निम्त्याएको छ। रासस

संयुक्त राष्ट्रसङ्घका विज्ञद्वारा इजरायलमा हतियार नपठाउन आग्रह

जेनेभा, ७ असार/सिन्ह्वा

संयुक्त राष्ट्रसङ्घका ३० भन्दा बढी विज्ञले बिहीवार राज्य र कम्पनीलाई इजरायलमा हतियार र गोलाबारुद हस्तान्तरण गर्न रोक्न आह्वान गरेका छन्।

हातहतियारको निर्बाध स्थानान्तरणले मानव अधिकार र अन्तर्राष्ट्रिय मानवीय कानूनको गम्भीर उल्लङ्घन भई मानवीय नरसंहारलगायत अन्तर्राष्ट्रिय अपराधमा राज्यको संलग्नताको जोखिम हुन सक्ने उनीहरूले बताएका छन्।

हतियार बेच्ने लाइसेन्स भएका बिएई प्रणाली, बोइङ, क्याटरपिलर, जनरल डायनामिक्स र लकहिड मार्टिनजस्ता कम्पनीलाई सङ्केत गर्दै विशेष प्रतिवेदक, स्वतन्त्र विज्ञ र संयुक्त राष्ट्र मानव अधिकार परिषद्का कार्य समूहले संयुक्त वक्तव्य जारी गर्दै विश्व समुदाय तथा हतियार निर्मातालाई इजरायलमा हतियारलगायत अन्य सैन्य उपकरणको बिक्री र हस्तान्तरण रोक्न आग्रह गरे।

कम्पनीहरूले इजरायली सेनालाई हतियार, पाटपुर्जा र गोलाबारुद पठाएर अन्तर्राष्ट्रिय मानव अधिकार तथा अन्तर्राष्ट्रिय मानवीय कानूनको गम्भीर उल्लङ्घनमा संलग्न हुने जोखिम रहेको विज्ञहरूले जनाएका छन्। जारी इजरायली सैन्य आक्रमण नागरिक तथा पूर्वाधारमा अन्धाधुन्ध आक्रमणको विशेषता भएको विज्ञहरूले उल्लेख गरेका छन्। इजरायलमाथि हतियार प्रतिबन्ध र लगानीकर्ताले निर्णायक कदम चाल्नुपर्ने आवश्यक जरुरी छ। रासस

आजको राशिफल

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

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

रानीघाट-पोखरिया बस समिति

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

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

रारा तालको मनमोहक दृश्यः कर्णाली प्रदेश मुगु जिल्लाको छायानाथ रारा नगरपालिकास्थित प्रसिद्ध रारा तालको मनमोहक दृश्य। तस्बिरः सुरेश आचार्य/रासस

पर्सा जिल्लामा तीन हजार लागूऔषध प्रयोगकर्ता

प्रस, वीरगंज, ७ असार/

विद्यार्थी जागरण मञ्च (विजाम) पर्साले शुक्रवार सञ्चारकर्मीहरूसँग अन्तर्क्रिया कार्यक्रम गरेको छ।

कार्यक्रममा विजामका कार्यक्रम संयोजक टपेन्द्र शाहीले नेपालमा वार्षिक ११.३६५ का दरले लागूऔषध प्रयोगकर्ताहरू वृद्धि भइरहेको जानकारी गराए। उनले मधेस प्रदेशका पर्सा, बारा, सर्लाही र रौतहट जिल्लामा सुईबाट लागूऔषध प्रयोग गर्ने समूहमा १५ जना एचआइभी सङ्क्रमित रहेको बताए।

त्यस्तै, मधेस प्रदेशका आठवटै जिल्लामा ४५ लाख ९२ हजार ४३४ जनसङ्ख्या रहेको उनले बताए।

नेपाल लागूऔषध प्रयोगकर्ता सर्वेक्षण २०७६ का अनुसार लागूऔषध प्रयोगकर्तामध्ये मुखबाट औषधिसेवन गर्नेहरू २९.३० प्रतिशत, सुई र मुखबाट २.१० प्रतिशत, धूवाँबाट ३४.९० प्रतिशत र सुँघेर ३३.८० प्रतिशत रहेको बताए।

तस्वीरःप्रतीक

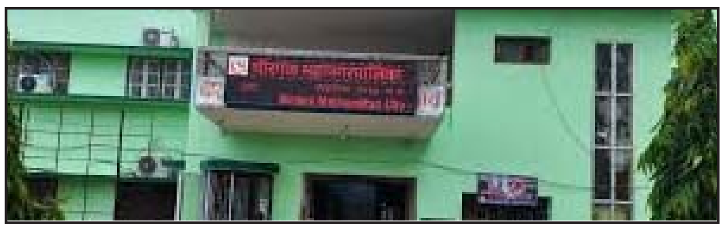
पर्सामा तीन हजार पाँच र बारामा तीन हजार ४३९ जना लागूऔषध प्रयोगकर्ता रहेको कार्यक्रममा जानकारी गराइएको थियो।

कार्यक्रममा विजामका कार्यक्रम संयोजक अनुज खड्का, सुविसचन्द्र झा, उषा किरणलगायतको सहभागिता थियो।

महानगरको सवारी कर ठेक्का दोब्बरीले वृद्धि

प्रस, वीरगंज, ७ असार/

वीरगंज महानगरपालिकाको सवारी कर ठेक्का दोब्बरीभन्दा बढीले वृद्धि भएको छ।



चालू आवमा सवारी कर ठेक्का तीन करोड तीन लाखमा सञ्चालन भइरहेको थियो। आगामी आवको लागि छ करोड ७१ लाखमा ठेक्का सकार भएको छ। दोस्रो ठेकेदारले छ करोड ११ लाख भरेका थिए।

यसैगरी, कबाडीकर ठेक्का पनि वृद्धि भएको छ। चालू आवमा तीन करोड छ लाखमा ठेक्का सञ्चालन भएको थियो भने आगामी वर्षको लागि चार करोड ३० लाखमा ठेक्का सकार भएको छ। शुक्रवार टेन्डर खोल्दा पहिलाकोले चार करोड ३० लाख र दोस्रोले चार करोड २१ लाख भरेको राजस्व महाशाखा प्रमुख मनोज कर्णले बताए।

उनले सवारी र कबाडीकरबाट मात्रै आगामी वर्षमा चार करोड बढी राजस्व वृद्धि हुने बताए। तर महानगरले लगाएको विज्ञापन करको ठेक्का भने लागेन। चालू आवमा ६० लाखमा यो ठेक्का लागेको थियो र सोही अनुरूपको टेन्डर आह्वान हुँदा कसैले पनि टेन्डर नभरेको राजस्व महाशाखा प्रमुख कर्णले बताए।

दाइजोमुक्त अन्तरजातीय सामूहिक विवाह

प्रस, वीरगंज, ७ असार/

धनुषाको मिथिला नगरपालिका-२ बेलाचापीस्थित सतलोक आश्रममा २१ जोडीको आडम्बरमुक्त (रमैणी) विवाह सम्पन्न भएको छ। सन्त रामपालजी महाराजको पावन सान्निध्यमा आदरणीय सन्त गरीबदासजी महाराजद्वारा रचित अमरग्रन्थ साहेबको पाठ जारी राख्दै २१ नवजोडीहरूको दाइजो तथा आडम्बरमुक्त विवाह (रमैणी) गराइएको पर्सा अध्यक्ष रामनरेश दासले बताए।

तस्वीरः प्रतीक

विवाहमा कुनै प्रकारको सरसामान, नगद लेनदेन नभएको तथा बेहुला र बेहुलीपक्षको एक रुपियाँ पनि खर्च नभएको उनले बताए। आगन्तुकहरूलाई खाने, बस्ने व्यवस्था आश्रमको तर्फबाट गरिएको थियो। मात्र १७ मिनेटको गुरुवाणीद्वारा ३३ करोड देवीदेवताको स्तुति गरी तीनै देवीदेवताहरूको साक्षीमा विवाह सम्पन्न गरिएको अध्यक्ष दासले बताए।

समाजबाट दाइजोरूपी राक्षसलाई समाप्त पार्न सन्त रामपालजी महाराजको दाइजोमुक्त समाज अभियान अन्तर्गत विवाह गराइएको उनले बताए। कार्यक्रममा मधेस प्रदेशका मुख्यमन्त्री सतीशकुमार सिंह, मधेस प्रदेश सभामुख रामचन्द्र मण्डल, सुरक्षा निकायका उच्च अधिकारीलगायतको सहभागिता थियो।

ज्येष्ठ ...

सुझाएका थिए।

सङ्घका अध्यक्ष श्यामकुमार पोखरेलको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा उपाध्यक्ष बैधनाथ कोइरी, सचिव विनयराज गौतम, सदस्यहरू उषा शाह, आशा गौतम, उदयराज शर्मा, देवनाथ उपाध्याय, दिनानाथ गुप्तालगायतको सहभागिता थियो।

वीरगंज महानगरपालिकाको सूचना

प्रस्तुत विषयमा वीरगंज महानगरपालिका साबिक वडा नं १५ मा सञ्चालित श्री युनिभर्सल इं बो. स्कूलको नाम र ठेगाना परिवर्तन सम्बन्धमा कम्पनी रजिस्ट्रारको कार्यालयको च.नं. ३१६११/०८०/०८१ मिति २०८०/०९/१२ गतेको पत्रानुसार परिवर्तन भई आएको तथा उक्त विद्यालयको च.नं. १२/२०८०/८१ मिति २०८०/१०/२३ को पत्रबाट तपसिल अनुसारको नाम र ठेगाना परिवर्तन गरिपाउँ भनीइ सम्बन्धित वडा कार्यालयको सिफारिशसहित निवेदन दिएकोमा यस कार्यालयको मिति २०८१/०२/१६ को निर्णय अनुसार हकदाबीसम्बन्धी ३५ दिने सूचना प्रकाशन गरिएको छ। ***तपसिल***

साबिक विद्यालयको नाम	ठेगाना	हाल परिवर्तित विद्यालयको नाम	ठेगाना
युनिभर्सल ई.बो. स्कूल	वीरगंज-१५, पर्सा	पर्सा म्यानेजमेन्ट सेन्ट्रल एकेडेमी प्रा.लि.	वीरगंज-८, पर्सा

सानै छ खेत, सानै छ बारी, सानै छ जहान, नगरी काम पुग्दैन खान साँझ र बिहान: अहिलेको विश्वव्यापी आधुनिक युगमा पनि हाम्रो मुलुकका किसानहरू भने परम्परागतरूपमा नै खेतीपाती गर्न विवश छन् । सरकारले कृषि क्षेत्रमा आधुनिकीकरण भन्ने शब्द अर्थमन्त्रीले बजेट भाषणमा वर्षौंदेखि निरन्तर सुनाए पनि यस तस्वीरले गाउँबस्तीमा किसानहरूको यथार्थ चित्रण गरेको छ । सङ्घीय, प्रदेश र स्थानीय सरकार यी तीन तहका सरकार गाउँगाउँमा सिंहदरबार भन्ने सरकारी भनाइ अझै किसान, मजदूरहरूले अनुभूति गर्न पाएका छैनन् । निजगढ नगरपालिका–१२ बारथलीका किसानहरू मकै गोलमेल गर्दै । शब्दचित्र: जीतलाल श्रेष्ठ/प्रतीक

खुकुरी प्रहार गरेको आशङ्कामा एकजना पक्राउ

प्रस, निजगढ, ७ असार/

निजगढ नगरपालिका–१२ रामथलीका ३८ वर्षीय भीमलाल गोलेमाथि खुकुरी प्रहार गरेको आशङ्कामा रौतहटको गुजरामाई नगरपालिका–४ बस्ने नन्दलाल राजवंशी भनिने मन्सुर मियाँलाई रौतहट प्रहरीले पक्राउ गरी बारा प्रहरीलाई बुझाएको छ । उनलाई बुधवार दिउँसो चन्द्रपुरबाट पक्राउ गरी इलाका प्रहरी कार्यालय, निजगढमा राखी अनुसन्धान भइरहेको इप्रका, निजगढका प्रहरी निरीक्षक सुमित कुशवाहाले जानकारी दिए ।

मन्सुर मियाँ

मङ्गलवार राति घरमा सुतिरहेका गोलेमाथि खुकुरी प्रहार भएको थियो । निद्रामा रहेका उनीमाथि खुकुरी प्रहार हुँदा घाँटी, टाउको र हातमा गहिरो चोट लागेको थियो । त्यसपछि गोलेले चिच्याउँदै गुहार मागेपछि घटनामा संलग्न व्यक्ति भागेपछि गोलेको ज्यान जोगिएको घटनास्थल पुगेका सुरक्षाकर्मी र स्थानीयहरूले बताएका छन् । उनको हेटौंडास्थित चुरे हिल अस्पतालमा उपचार भइरहेको निजगढ प्रहरीले जनाएको छ ।

गर्मीयाममा लाग्न सक्ने रोगबाट बचौं र बचाऔं

- पर्याप्त मात्रामा पानी वा झोलिलो पदार्थ पिउने गरौं,
- मौसमअनुसारका ताजा तरकारी एवं फलफूल उपभोग गरौं,
- सडेगलेको र बासी खानेकुरा नखाऔं,
- खुलास्थानमा असुरक्षित तरिकाले राखिएका खानेकुरा नखाऔं,
- धेरै अमिलो, चिल्लो र मसलेदार खाना नखाऔं,
- घर बाहिर हिड्दा शरीर ढाक्ने गरी लुगा लगाऔं,
- घर, आँगन र आसपासको क्षेत्र सफा राखौं,
- व्यक्तिगत सरसफाईमा ध्यान दिऔं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

Make your stay with us is a
memorable experience

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

Diyalo Lords PLAZA
Exhilarating Hospitality
Birgunj
Call - 51525252, 98028 19788, 98028 19787
Aadarsh Nagar, Birgunj, Nepal, www.lordshotels.com,

खेलकूदको संसार

अस्ट्रेलियाले बङ्गलादेशलाई हरायो

काठमाडौं, ७ असार/रासस

आइसिसी टी–२० विश्वकप क्रिकेट प्रतियोगिता अन्तर्गत सुपर आठको खेलमा अस्ट्रेलियाले बङ्गलादेशलाई २८ रनले पराजित गर्दै विजयी भएको छ । नर्थ साउन्डमा भएको उक्त खेल पानी परेर अवरुद्ध भएपछि डकवर्थ एन्ड लुइस (डिएलएस) पद्धतिका आधारमा अस्ट्रेलिया विजयी भएको हो। टस हारेर पहिले ब्याटिङ गरेको बङ्गलादेशले निर्धारित २० ओभरमा आठ विकेटको क्षतिमा १४० रनको योगफल बनाएको थियो ।

१४१ रनको विजयी लक्ष्य पछ्याएको अस्ट्रेलिया ११ दशमलव दुई ओभरको खेल चलिरहँदा पानी परेपछि खेल प्रभावित बनेको थियो । त्यति बेला अस्ट्रेलियाले दुई विकेट गुमाएर १०० रन बनाएको थियो। त्यसपछि पानी नरोकिएपछि डिएलएस मेथडका आधारमा अस्ट्रेलियालाई विजयी घोषणा गरिएको हो।

अस्ट्रेलियाका लागि डेभिड वार्नरले ३५ बलमा पाँच चौका र तीन छक्काको सहयोगमा अविजित ५३ रन बनाएका थिए। त्यस्तै, ट्राभिस हेडले २१ बलमा तीन चौका र दुई छक्काको सहयोगमा ३१ रन बनाएका थिए ।

त्यसअघि पहिला ब्याटिङ गरेको बङ्गलादेशका कप्तान नजमुल हृदोय शान्तोले सर्वाधिक ४१ रनको योगदान दिए । उनले ३६ बलमा पाँच चौका र एक छक्का प्रहार गर्दै ४१ रन बनाएका थिए। त्यस्तै, तोहिद हृदोयले २८ बलमा दुई चौका र दुई छक्काको सहयोगमा ४० रन बनाए। बलिङतर्फ अस्ट्रेलियाका प्याट कमिन्सले तीन विकेट लिए भने एडम जाम्पाले दुई तथा मिचेल स्टार्च, मार्कस स्टोइनिस र ग्लेन म्याक्सवेलले समान एक/एक विकेट लिए ।

भारतद्वारा अफगानिस्तान पराजित

काठमाडौं, ७ असार/रासस

आइसिसी टी–२० विश्वकप क्रिकेट प्रतियोगितामा भारतले अफगानिस्तानलाई ४७ रनले पराजित गरेको छ ।

भारतले प्रस्तुत गरेको १८२ रनको लक्ष्य पछ्याउने क्रममा अफगानिस्तान निर्धारित २० ओभरमा सबै विकेट गुमाएर १३४ रनमा समेटिएको अन्तर्राष्ट्रिय सञ्चारमाध्यमहरूले जनाएका छन् । अफगानिस्तानका लागि अजमतुल्लाह ओमरजाईले सर्वाधिक २६ रन बनाए । उनले २० बलमा दुई चौका र एक छक्का प्रहार गरे ।

यसैगरी, नजिबुल्लाह जादरानले १७ बलमा १९ रन जोडे। गुलबर्बादन नाइबले २१ बलमा १७ रन बनाए भने मोहम्मद नाबीले १४ तथा रहमतुल्लाह गुरबाजले ११ रन बनाए ।

भारतका लागि जसप्रीत बुमराह र अर्शदीप सिंहले समान तीन/तीन विकेट लिए । त्यस्तै, कुलदीप यादवले दुई विकेट लिंदा रवीन्द्र जडेजाले एक विकेट झारे।

त्यसअघि टस जितेर पहिले ब्याटिङ गरेको भारतले निर्धारित २० ओभरमा आठ विकेट गुमाउँदै १८१ रनको योगफल बनाएको थियो। भारतका लागि सूर्यकुमार यादवले २८ बलमा पाँच चौका र तीन छक्काको मदतमा सर्वाधिक ५३ रनको योगदान दिए। त्यस्तै, विराट कोहलीले २४ रन बनाउँदा ऋषभ पन्तले २० रन बनाए। हार्दिक पाण्डेयाले ३२ रन बनाए।

अफगानिस्तानका लागि फजलहन फारुकी र राशिद खानले समान तीन/तीन विकेट लिए ।

१० महिलासहित ८१ जनाद्वारा रक्तदान

प्रस, वीरगंज, ७ असार/

योग दिवसको अवसरमा नेशनल इन्फोटेक कलेजको आयोजनामा शुक्रवार आयोजित रक्तदान कार्यक्रममा १० जना महिलासहित ८१ जनाले रक्तदान गरेका रक्तसञ्चार केन्द्र वीरगंजका प्राविधिक प्रमुख सौरभराज पाण्डेयले बताए ।

क्याम्पसका प्रबन्ध निर्देशक मनीष सिंहले रक्तदान गरेर कार्यक्रमको उद्घाटन गरेका थिए। कार्यक्रममा सुधीर

पटेल, राजन सिंह, महम्मद निजाम, साक्षी गुप्ता, प्रीतिकुमारी, अस्मिता चौधरी, खुशी कुमारी, रितिका साह, मुक्ति नेपाललगायतले रक्तदान गरेका थिए ।

पक्राउ परेका भारतीय नागरिक फरार

तस्वीर: प्रतीक

प्रस, रौतहट, ६ असार/

स्रोत नखुलेको रकमसहित पक्राउ परेका एकजना भारतीय नागरिक गौर भन्सार कार्यालयबाटै फरार भएका छन्।

बिहीवार सशस्त्र प्रहरीले स्रोत नखुलेको १४ लाख ८० हजार रकमसहित पक्राउ परेका भारतीय नागरिक गजेन्द्र राय पिसाब फेर्ने बहानामा भन्सार कार्यालयबाट भागेका हुन् ।

सशस्त्र प्रहरी बल नेपाल बोर्डर आउट पोस्ट सरमुजवाले बौधिमाई नगरपालिका–७ बङ्कुलस्थित भन्सार गेटबाट मोटरसाइकलसहित रायलाई पक्राउ गरेको थियो ।

पक्राउ परेका रायलाई कारबाईका लागि भन्सार कार्यालय गौरमा बुझाउने क्रममा राय सशस्त्र प्रहरीको नियन्त्रणबाट फुत्केर फरार भएका थिए । फरार भएका गजेन्द्र हुन्डी कारोबारीका भरिया भएको अनुमान गरिएको छ ।

लागूऔषधविरुद्ध सचेतनामूलक कार्यक्रम

तस्वीर: सौजन्य

प्रस, वीरगंज, ७ असार/

लागूऔषध दुरुपयोग तथा अवैध ओसारपोसारविरुद्धको अन्तर्राष्ट्रिय दिवसको अवसरमा सामुदायिक सेवा केन्द्र श्रीपुर–मुर्लीले शुक्रवार जनचेतनामूलक कार्यक्रम गरेको छ ।

केन्द्रले वीरगंज महानगरपालिका–१३ तेजारथटोलमा घरदैलो कार्यक्रम गरी टोलवासीलाई लागूऔषध दुरुपयोग तथा अवैध ओसारपोसारविरुद्ध सचेतना वृद्धि गरेको थियो ।

केन्द्रका सचिव कुलनारायण (दिलीप) प्रधानको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा प्रहरी हवलदार सुभाषप्रसाद यादव, लालुमाया महतोलगायतले टोलवासी, विद्यार्थी, सर्वसाधारणलाई लागूऔषधको असरबारे सचेत बनाएका थिए ।