

सर्पले डसेका ध्यान दिनुपर्ने कुराहरु

- सर्पले डसेका व्यक्ति आत्तिन सक्छन्, सान्त्वना दिऔं,
- आफ्नो नजीक सर्पदंश उपचार केन्द्र कहाँ छ ? जानकारी राखौं ।
- सर्पले डसेका व्यक्तिलाई तुरुन्त अस्पताल वा सर्पदंश उपचार केन्द्र पुऱ्याऔं,
- सवारीसाधनमा घाइतेलाई बसाएर सर्पले टोकेको ठाउँलाई मिलेसम्म मुटुको सतहभन्दा तल पारी लैजाऔं,
- झारफूलगायतका गलत परम्परागत उपचार विधिद्वारा नलागौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

- चर्को गर्मीमा रिड्टा लाग्ने ।
- कीरा फट्याङ्गाको 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

घरेलु उद्योगद्वारा ठोरीका होमस्टे पदाधिकारीसँग अन्तर्क्रिया ३० लाखबाट शुरू भएको होमस्टेको पूँजी तीन करोड पुग्यो

राधेश्याम पटेल, परवानीपुर, १४ असार/ घरेलु तथा साना उद्योग कार्यालय, वीरगंज, पसाले ठोरी गाउँपालिका-५ सुवर्णपुरमा बजार विस्तार तथा अन्तर्क्रिया कार्यक्रम गरेको छ । शुक्रवार कार्यक्रममा सुनाखरी सामुदायिक होमस्टेका पदाधिकारीहरूसँग घरेलु तथा साना उद्योग कार्यालयले अन्तर्क्रिया गरेको थियो ।

पाखिनले बताए । उनले हामी एकजुट भएर सामुदायिक

र ७५० पछि । होमस्टेमा लोकल कुखुरा वा खसीको मासु र खाना र ३५०, बोइलर



होमस्टेको अवधारणामा कार्य गर्दै आत्मनिर्भर बन्न प्रयत्नशील रहेको बताए । उनले आगामी दिनमा घरपरिवारका सदस्यलाई थपेर होमस्टेलाई अगाडि बढाउने बताए । होमस्टेमा १५ वटा कोठा रहेको र न्यूनतम ३० जना र बढीमा ६० जनासम्म बस्न सक्ने बताए । एकजनाको घरमा दुईवटा कोठा रहेको र एउटा कोठामा एउटा डबल बेड र एउटा सिङ्गल बेड रहेको पाखिनले बताए । पाखिनले एक वर्षमा लगभग अढाई हजार पर्यटक भित्रिएको जानकारी गराए । होमस्टेमा एउटा कोठाको शुल्क

कार्यालय प्रमुख धनञ्जयकुमार सिंहको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा सुनाखरी उपभोक्ता समितिका अध्यक्ष भीमबहादुर पाखिन, सुनाखरी सामुदायिक होमस्टेका अध्यक्ष शम्भुराम पौडेललगायत कार्यसमिति सदस्यहरूको सहभागिता थियो । अन्तर्क्रियामा घरेलु तथा साना उद्योग कार्यालयले उपलब्ध गराउने सेवाहरूबारेमा कार्यालय प्रमुख सिंहले प्रकाश पारेका थिए । अन्तर्क्रियामा सहभागीहरूले पहिले होमस्टे पर्यटन कार्यालयमा दर्ता हुने गरेकोमा पर्यटन कार्यालय कहिले वीरगंज त कहिले जनकपुरलगायतका स्थानमा हुँदा दर्ता गर्न भ्रष्टाचारी भएको बताएका थिए । ठोरीमा २०७३ भदौ ३० गतेदेखि होमस्टे सञ्चालन हुँदै आएकोमा प्रचारप्रसारको कमीले होमस्टेको विकास र संरक्षण एवं प्रवर्द्धन हुन नसकेको

कुशवाहाको हत्यामा संलग्न अज्ञात समूहलाई पक्राउ गर्न माग गर्दै प्रदर्शन

प्रस, वीरगंज, १४ असार/ रामराजा बहुमुखी क्याम्पस, कलैयाका प्रमुख हरिभूषण कुशवाहाको हत्यामा संलग्न अज्ञात समूहलाई पक्राउ गर्नुपर्ने माग गर्दै शुक्रवार विद्यार्थीलगायतले प्रदर्शन गरेका छन् । कुशवाहाको हत्यामा संलग्न सातजनालाई प्रहरीले पक्राउ गरेको भएपनि अज्ञात समूह फरार रहेको प्रहरीले विज्ञप्तिमा जनाएपछि विद्यार्थी, शिक्षकलगायतले दबावस्वरूप आज जिल्ला प्रहरी कार्यालय, बाराअगाडि धर्ना दिएका थिए । धर्नामा विद्यार्थी, प्राध्यापक, क्याम्पस सञ्चालक समिति, अभिभावक तथा नागरिक समाजले नाराबाजी गरेका थिए ।



जेट ३२ गते क्याम्पस प्रमुख कुशवाहाको गोली हानी हत्या भएको थियो । उनको हत्यामा संलग्न रहेको आशङ्कामा प्रहरीले खजुरिया टोलका ३२ वर्षीय अवधलालप्रसाद कुशवाहा, २९ वर्षीय चाँदसीप्रसाद कुशवाहा, २७ वर्षीय चुल्हाइ भन्ने श्रवणकुमार साह र ५० वर्षीय ब्रह्मदेव राम, मोतीलाल चौधरी, ३४ वर्षीय राधेशकुमार पटेल र ५४ वर्षीय विनोदराउत कुमिलालाई पक्राउ गरेको जिरफका, बाराले जनाएको छ । उनीहरूका साथबाट तीनवटा मोटरसाइकल, छ राउन्ड गोली, विभिन्न मोबाइल, ल्यापटप र नेपाल तथा भारतको सिमकार्डसमेत बरामद गरेको जिरफका, बाराले प्रवक्ता प्रहरी नायब उपरीक्षक दधिराम न्यौपानेले जानकारी गराएका थिए ।

पर्सगढीमा भावी सन्तति र समृद्धिका लागि वृक्षारोपण



बलिराम शुक्ला, बिरुवागुठी, १४ असार/ राष्ट्रिय वृक्षारोपण दिवसको अवसरमा पर्सगढी नगरपालिका-३ को खेलमैदान वरिपरि वृक्षारोपण गरिएको छ । 'भावी सन्तति र समृद्धिका लागि वृक्षारोपण गरौं' मूल नाराका साथ डिभिजन वन कार्यालय, पर्सगढीको आयोजना र बिरुवागुठी युथ क्लब, बडनिहारको सहकार्यमा विभिन्न जातका बिरुवा रोपिएका थिए । डिभिजन वन कार्यालय, पर्सगढी प्रमुख सुनीलकुमार कर्णको अध्यक्षतामा भएको वृक्षारोपण कार्यक्रमको उद्घाटन

गर्दै नगरप्रमुख गोकर्ण पाठकले वनविनाशकै कारण वातावरणमा प्रतिकूल असर परेको बताए । उनले समयमा वर्षा नहुँदा पानीका मुहानहरू सुक्दै गएकोले सबै मिली वनजङ्गल जोगाउनुपर्ने बताए । डिभिजन वन कार्यालय, पर्सगढी प्रमुख कर्णले वन रहे हामी रहन्छौं, हामी रहे वन, त्यसैले वन जोगाउने दायित्व वनकर्मीको मात्र नभई स्थानीय समुदायको पनि रहेको बताए । उनले वनकर्मी चाहे जति नभएको कारण तस्करबाट वन जोगाउन कठिनाई भएको बताए । करीब सात हेक्टर क्षेत्रफलमा भएको वृक्षारोपण गर्ने योजना अनुसार आज

मनीषाको आत्महत्या दुरुत्साहन मुद्दामा दुईजना पक्राउ, अन्य फरार

प्रस, परवानीपुर, १४ असार/ वीरगंज-१२ मुर्लीमा गत जेट ५ गते राति ११ बजे मनीषा देवीले आत्महत्या गरेकोमा सो आत्महत्या गर्न दुरुत्साहन गरेको अभियोगमा पर्सगढी प्रहरीले दुईजनालाई पक्राउ गरेको छ भने अन्य फरार छन् । ससुराली पक्षबाट पीडित भई उक्साहटमा मनीषाले आत्महत्या गरेको घटना सार्वजनिक भएसँगै र पर्सगढीको अनुसन्धानपश्चात् मनीषाका पति रविकुमार साह र निजका ससुरा बन्दी साह कानुनलाई पर्सगढी प्रहरीले नियन्त्रणमा लिएर अनुसन्धान अघि बढाएको प्रहरी उपरीक्षक कुमोध दुइलेले जानकारी गराए । दुईजना पक्राउ परे पनि अन्य केही व्यक्ति फरार रहेकोसमेत उनले बताए । पर्सगढी, धोबिनी-३ हरिहरपुरबिर्ता घर भई हाल वीरगंज-१५ नेशनल मेडिकल कलेजजनीक बस्ने मनीषाका बुबा नरेश साह कानुनको किटानी जाहेरीको आधारमा दुईजनालाई पक्राउ गरिएको पर्सगढी प्रहरीले जनाएको छ । घटनाको



अर्का अभियुक्त रविका मामा वीरगंज-१६ नगवाका दुर्गा साह कानुन फरार रहेको प्रहरीले जनाएको छ । अर्का अभियुक्त मृतक मनीषाकी सासू सीमा देवीलाई समेत प्रहरीले पक्राउ गर्न नसकेको पीडित माइती पक्षले जानकारी गराएको छ । २१ वर्षीया मनीषाको शव आफ्नै घरबाट फेला परेको थियो । आफ्नै सुत्ने कोठामा भुन्डिएको अवस्थामा उनको शव बरामद भएको थियो । घटना शङ्कास्पद देखिएपछि प्रहरीले अनुसन्धान अघि

ग्रामीण क्षेत्रमा भारतीयको अवैध टेन्ट उपचार क्लिनिक

नरेश यादव, पर्सगढी, १४ असार/ वीरगंज महानगरपालिका-३२ टेडा रोडमा टेन्ट लगाएर जडीबुटीबाट विभिन्न किसिमका रोगको उपचार ग्यारेन्टीका साथ गर्ने भन्दै अवैध ढङ्गले सञ्चालन भइरहेको पति सरोकारवाला निकाय मौन छ । भारतबाट आएका व्यक्तिले सडकछेउ टेन्ट लगाएर तथा ब्यानर भन्ड्याएर जडीबुटीबाट उपचार गर्ने (बाँकी पाँचौं पातामा)



साढे तीन सयजनालाई निशुल्क कपडा

प्रस, वीरगंज, १४ असार/ वीरगंज कपडा बैंक तथा अमर चोक टोल सुधार समितिको संयुक्त आयोजनामा शुक्रवार वीरगंज महानगरपालिका-४ अमरचोकमा निशुल्क कपडा वितरण गरिएको छ । वडाध्यक्ष जगतसाह कानुले नयाँ, पुराना गरी ३५० थान कपडा वितरण गरेको अमर चोक टोल सुधार समितिका सचिव नवराज भट्टराईले बताए । वडाध्यक्ष कानुले दीनदुःखी, असहायको (बाँकी पाँचौं पातामा)



विचारसार र सूक्तिहरू

जबसम्म तपाईं आफ्नो अतीतलाई सम्झिरहनुहुन्छ, भविष्यको योजना बनाउन सक्नुहुन्छ ।

प्रकाशक	: प्रतीक प्रकाशन समूह प्रा. लि. . वीरगंज-११
प्रधान सम्पादक	: जगदीशप्रसाद शर्मा
व्यवस्थापक/सम्पादक	: विकास शर्मा
सम्पादक	: शत्रुघ्न नेपाल
समाचार सम्पादक	: आरके पटेल
बारा विशेष प्रतिनिधि	: गम्भीरा सहनी
मुद्रक	: प्रतीक प्रकाशन समूह प्रा. लि. (अफसेट छापाखाना)
दिग्विती सिनेमा हल रोड, श्रीपुर, वीरगंज-११ (नेपाल)। पोस्ट बक्स नं. ७८, फोन नं. ०५१-५२५१२२, ५२३१०५	
email: prateekdaily@gmail.com	
Website: www.eprateekdaily.com	

पत्रकारको अधिवेशनमा विलम्ब

नेपाल पत्रकार महासङ्घको अधिवेशन सदस्यतासम्बन्धी विवादका कारण अहिलेसम्म हुन सकेको छैन । विवादका कारण एकपछि अर्को मिति सँदै गएको छ तर तोकिएको मितिमा हुने ठेगान भने छैन । गत जेठ २६ गते देशभर अधिवेशन गर्नेगरी सूचना जारी गरिएको थियो । तर सो मितिमा हुन सकेन । विभिन्न पार्टीका पत्रकारसम्बद्ध भ्रातृ सङ्गठनहरूले महासङ्घको कार्यालयमा तालाबन्दी गरेका थिए । तालाबन्दी खुलाउने क्रममा समयमा अधिवेशन गर्ने र यो अवधिमा सदस्यतासम्बन्धी विवादको टुङ्गो लगाउने भनेर अध्यक्ष विपुल पोखरेल र महासचिव रोशन पुरीले प्रतिबद्धता जाहेर गरेका थिए । तर जेठ २६ गतेको मितिलाई दृष्टिगत गरी जारी गरिएको मतदाता नामावली प्रकाशित मतदाता नामावलीभन्दा पनि बढी सदस्य सङ्ख्या देखाएर जारी भयो । अनि देशभरका शाखाहरूले विरोध गरे, विज्ञप्ति जारी भयो र जेठ २६ गते तीन तह केन्द्र, प्रदेश र जिल्ला शाखामा निर्वाचन हुन सकेन । त्यसपछि पुनः अध्यक्ष पोखरेलले निर्वाचन समितिले जारी गरेको मतदाता नामावली आधिकारिक नभएको र सच्चाएर जारी गरिने र असारको पहिलो सातामा निर्वाचन गर्ने विज्ञप्ति जारी गरे ।

तेस्रोपटक जारी गरिएको मतदाता नामावलीमा पनि मधेस प्रदेशका आठ जिल्ला र देशभरका ५४ जिल्लाले आपत्ति जनाए । जिल्ला अध्यक्षहरूको विज्ञप्तिपछि मधेस प्रदेशले पनि केन्द्रको विरोध गर्‍यो र जिल्ला तथा प्रदेशबाट सिफारिश भएर पठाइएका सदस्यहरूलाई मात्र सदस्यता प्रदान गर्न माग राखे । पत्रकार महासङ्घको विधानमा जिल्ला शाखाले निर्वाचनको छ महीना अघि नै नयाँ सदस्यता माग गर्ने, नवीकरण गर्ने व्यवस्था छ । सोहीअनुसार जिल्ला शाखाहरूले नयाँ सदस्यता माग गर्दै पुरानाको नवीकरण गरेको थियो । तर केही केन्द्रीय पदाधिकारीहरूले जिल्ला र प्रदेशबाट सिफारिश नभएकाहरूलाई पनि सदस्यको सूचीमा राखेपछि विवाद चुलिँदै गएको हो । पछिल्लोपटक असार २२ गते निर्वाचन मिति तोकिएको छ भने सोही अनुसार कार्यसूचीहरू बनेका छन् । तर जिल्ला र प्रदेश भने मतदाता नामावली नसच्चाएसम्म अधिवेशन नहुने भन्ने अडानमा छन् । केन्द्रीय कमिटी सदस्यतासम्बन्धी विवाद टुङ्गो लगाउने मनस्थितिमा देखिएको छैन । जसले गर्दा २०४६ सालपछि पहिलोपटक पत्रकार महासङ्घको अधिवेशन तोकिएको समयमा हुन सकेन । तीनपटक जारी भएको मतदाता नामावली विवादरहित हुन सकेन । सदस्यता नसच्चाएको भन्दै असार १४ गते नेपाल प्रेस युनियनले पहिला सदस्यता विवादको टुङ्गो लगाएर मात्र अधिवेशन गर्न अन्यथा अधिवेशन हुन नसक्ने चेतावनी दिएको थियो ।

युनियन अहिलेसम्म सदस्य सङ्ख्याको आधारमा चौतारी र सङ्गठनको तुलनामा ठूलो छ । कुनै पनि भ्रातृ सङ्गठनको कुल सदस्य सङ्ख्याले एकल बहुमत ल्याउने नभएरै पछिल्ला केही अधिवेशनहरू गठबन्धनका आधारमा हुँदै आएका छन् । यसपटक पनि एमालेनिकट चौतारी, माओवादीनिकट सङ्गठनबीच गठबन्धन भनेर पदाधिकारीहरूको घोषणा भइसकेको छ । गत अधिवेशनमा नेपाली काङ्ग्रेस, माओवादी केन्द्र, नेकपा (एस) र जसपा नेपालबीचको सत्ता गठबन्धनका कारण सो पार्टीआबद्ध प्रेस युनियन, प्रेस सेन्टर, प्रेस सङ्गठन, मञ्चबीच निर्वाचनमा एकता भएको थियो । अहिले सदस्यतासम्बन्धी विवादको टुङ्गो लागिसकेको नो माहोल बनिसकेको छैन ।

वास्तवमा एसईई नै जीवनको सबैथोक होइन

गएको बिहीवार राष्ट्रिय परीक्षा बोर्ड, परीक्षा नियन्त्रण कार्यालय माध्यमिक शिक्षा परीक्षा बोर्डद्वारा (माध्यमिक शिक्षा परीक्षा) एसईईको नतीजा सार्वजनिक गरिएको छ । यसपालि परीक्षामा सहभागी भएका कुल विद्यार्थीमध्ये ४७.८६ प्रतिशत विद्यार्थी मात्रै उत्तीर्ण भएका छन् । जसमा १८६ जनाले चार जिपिए ल्याएको बोर्डले जानकारी दिएको छ । कार्यालयले सार्वजनिक गरेको नतीजा अनुसार परीक्षामा सहभागी भएका चार लाख ४४ हजार ७८५ जना विद्यार्थीमध्ये दुई लाख ४२ हजार ९२ जना विद्यार्थीले मात्रै कक्षा ११ मा पढ्न पाउनेछन् । यस्तोमा पढ्न नपाउने लाखौं विद्यार्थीको भविष्यको जिम्मेवारी कसले लिने ? अभिभावकको लगानी, राज्यको लगानी तथा देशको भविष्यका कर्णधार विद्यार्थीहरूको एक वर्ष समय खेर गएको दोष केवल विद्यार्थीकै टाउकोमा खन्याएर कमजोर अध्यापन गराउने शिक्षक, अव्यावहारिक शिक्षा नीति तर्जुमा गर्ने शिक्षा मन्त्रालय र शिक्षाविद्हरूले यस्तो खराब नतीजा आउनुपछाडि जिम्मेवारी लिने कि नलिने ? वा सरोकारवाला पक्षहरूलाई कारबाईको घेरामा ल्याउने कि नल्याउने ? यी सवालहरूमा अब सबैले एकफेर घोल्टिन जरुरी छ ।

झन्डै आधाभन्दा बढी परीक्षार्थी एसईईमा असफल भएका छन् । प्रत्येक वर्ष नेपाली छात्रछात्राहरूले आफूले सोचे अनुसारको नतीजा नआएपछि आत्महत्या गर्ने गरेका देखिन्छन् । यो अत्यन्त दुःखद पक्ष हो तर यस्तो हुनुको मुख्य कारणमा सरोकारवालाहरूलाई कमजोर नतीजाको दोषी नठहर्‍याइनु र उनीहरूलाई कारबाईको भागी नबनाउने अवस्थाले गर्दा केवल विद्यार्थीहरू दोषी देखिने गरेकाले पनि यस किसिमको अवस्था आएको कुरालाई नकार्न सकिन्न । जबकि अभिभावक, विद्यालय र शिक्षकले एसईईबारे विद्यार्थीलाई अनावश्यक दबाव दिने गरेका छन् । शैक्षिक, सामाजिक, पारिवारिक संरचना नै ठीक छैन । एकातर्फ यसले एसईईमा कमजोर नतीजा आउनुको कारकहरूलाई केलाएर कारबाई नगर्दा उनीहरू जिम्मेवार भएर कहिले प्रस्तुत भएका देखिएनन् भने अर्कोतर्फ यसले छात्रछात्राहरूलाई मात्रै दोषी देख्ने भएकोले चौतर्फी दबावबीच परीक्षार्थीहरू जो असफल भएका हुन्थे वा आफूले सोचे अनुसारको नतीजा ल्याएका हुँदैनन् उनीहरूलाई आत्महत्याको खाडलमा धकेलिँदै गएको छ ।

वास्तवमा १० वर्षसम्म पढेर पनि एसईईमा धेरैजसो विद्यार्थी 'सी' अथवा 'डी' ग्रेडमा उत्तीर्ण हुनु भनेको विद्यार्थी होइन कि पढाउने शिक्षक, ती शिक्षक नियुक्त गर्ने शिक्षा मन्त्रालय र समग्र शिक्षा नीति फेल भएको हो भन्ने वास्तविक कुरो किन हामीले बिर्सौंको हो ? विद्यार्थी पढ्न नसक्नु वा राम्रो ग्रेड ल्याउन नसक्नुको मूलतः जिम्मेवार पढाउने शिक्षक र त्यस्ता शिक्षक नियुक्ति गर्ने शिक्षा मन्त्रालय तथा जुन नीति अन्तर्गत पढाइलेखाइ भइरहेको छ, त्यो शिक्षा नीति नै जिम्मेवार हो । विद्यार्थी त घरबाट पढ्न आएको हो । उसलाई राम्रोसँग पढाइदिएपछि, नसिकाइदिएपछि उसको के दोष छ र वास्तवमा पढाउने र सिकाउने मामिलामा अयोग्य मानिसलाई यो वा त्यो कारणले शिक्षा मन्त्रालयले

नै नियुक्ति गरिदिएपछि त्यसको अनुगमन नगरेपछि विद्यार्थीको के दोष ? एसईईको नतीजा प्रकाशनलाई हामीले यस विचारधाराबाट हेर्न जरुरी छ । अन्तिमामै

स्वतन्त्र विचार



बैधान्थ भ्रमजीवी

baidhnath2071@gmail.com

वास्तविक निष्कर्षमा पुग्न सकिन्छ । वास्तवमा विद्यार्थी तथा विद्यार्थीका अभिभावक दुवै पक्षले के बुझ्न जरुरी छ भने एसईई नै जीवनको सबैथोक होइन । यसभन्दा अगाडि पनि जीवन हुन्छ र सानदार हुन्छ । संसारमा एसईई नगरेका थुप्रै मानिस सामाजिक, राजनीतिकरूपमा निकै ठूलाठूला काम गरेर चर्चित बनेका छन् । यो कुरा सधैंभरि याद राख्नुपर्छ कि जीवनकै लागि यो संसार हो । संसारको लागि जीवन होइन । यो जीवन कुनै पनि चीजको लागि त्याग गर्नु उचित होइन । त्यसमा पनि जाबो एउटा एसईई जस्तो कुराको लागि आफूले चाहेको नतीजा नआउँदा ज्यान दिनुपर्ने कुनै कारण नै छैन । यसपालि आएन, अर्को पालि आउँछ । अर्को पालि आएन, त्यसपछि आउँछ । त्यसपछि पनि भएन भने के भो र ? जीवनमा थुप्रै क्षेत्र छन्, जहाँ एसईईको कुनै मान्यता र माग छैन । आफ्ना अन्य अनुभव र योग्यताको आधारमा जीवनलाई सफलतापूर्वक व्यतीत गर्न सकिन्छ ।

विश्वप्रसिद्ध वैज्ञानिक आइन्स्टाइन पढ्न नजानेको भन्दै विद्यार्थीबाट निकालिएका थिए । अर्का विश्वप्रसिद्ध वैज्ञानिक थोमस अल्वा एडिसन जसलाई विद्यालयले पागल विद्यार्थी भनेर निष्कासित गरेको थियो । पछि उनी आफ्नै आमाको रेखदेखमा घरमै पढेर २५ वटा चीज आविष्कार गरेर प्याटेन्ट आफ्नो नाममा गराए । त्यस्तै, नाम चलेका भारतीय उद्योगपति धीरूभाइ अम्बानीले पनि विद्यालय शिक्षा पूरा गर्न सकेका थिएनन् भने संसारका धनी बिल गेट्स तथा एप्पल कम्पनीका संस्थापक स्व स्टीभ जॉब्स पनि विद्यालय तहमा असफल भएका थिए । त्यसैले पढ्नेहरूले नै संसार जिच्छ भन्ने कुरा होइन । नपढेकाहरूले नै पनि संसार जितेका प्रशस्त उदाहरणहरू हाम्रो समाजमा छन् । यो कुरा कहिले बिर्सिनुहुन्न ।

आत्महत्याको बाटो कमजोर मानसिकता हो । एसईईमा 'सी' वा 'डी' ग्रेड आउँदा कसैले पनि आत्महत्या गर्नुहुँदैन । सबैले बुझ्नुपर्ने कुरा के हो भने जीवनको कुनै पनि क्षेत्रमा जस्तोसुकै कठिन परिस्थिति आए पनि प्रत्येक चुनौतीको सामना गर्नुपर्छ न कि आत्महत्याको बाटो रोज्ने । वास्तवमा आत्महत्या भनेको कायरता हो । यो एक कायरतापूर्ण काम हो । जुन भवावेशमा आएर केही सेकेन्डभित्रै आत्महत्या गर्ने निर्णय गरिन्छ । यस प्रकारको अवस्था घण्टौं वा मिनेटमै होइन केही सेकेन्डभित्रै उत्पन्न हुन्छ र त्यसै बेला मान्छेले आत्महत्याको निर्णय गर्छ । मनोचिकित्सकहरूका अनुसार आत्महत्या वास्तवमा मनोचिकित्सा विज्ञानमा एक आपत्कालीन अवस्थाको रूपमा रहेको छ । जुनसुकै मानसिक रोगीहरूमा

विशेषतया उदासीनता, साइकोसिस, बाइपोलार डिसअर्डरको सम्भावना रहन्छ । कसैले रोगकै दीर्घकालीन असरका रूपमा आत्महत्या गरेर

आत्महत्याको बाटो रोज्न पुग्छ । यो कुरा अभिभावकले राम्ररी बुझ्नुपर्छ, सबै बच्चा चिकित्सक बन्दैनन् र सबै बच्चा इन्जिनियर बन्दैनन् । वास्तवमा

परीक्षामा असफलता जीवनकै असफलता कदापि होइन, किनभने जीवन एउटा असफलताले रोकिदैन । अनि किशोरावस्थामा आउने मनस्थितिको उचित सम्बोधनका लागि समयसमयमा विशेषज्ञबाट परामर्शसमेत चाहिने गर्छ ।

मृत्युवरण गर्छन् भने कोही मनोसामाजिक विभिन्न कारणहरूको परिणामस्वरूप आत्महत्याको प्रयास गर्छन् । अन्तर्राष्ट्रिय सर्वेक्षण अनुसार किशोरावस्थामा दुर्घटनापछि आत्महत्या नै तिनको अकाल मृत्युको कारक देखिन्छ । यसका मनोसामाजिक कारणहरूमा दीर्घकालीन उदासीनता, सम्बन्धविच्छेद, नजीकका आफन्तको मृत्यु अनि परीक्षामा असफलता आदि पर्ने आउँछन् । सन् २०११ मा भारतमा गरिएको एक सर्वेक्षणले त परीक्षामा असफलता नै किशोरहरूले आत्महत्या गर्ने दोस्रो प्रमुख कारणका रूपमा देखाएको थियो । वास्तवमा किशोरहरू सौँच्चै मृत्युवरण गर्नेका लागि भन्दा पनि सहनै नसकिने परिस्थिति या प्रतिकूलताबाट हतोत्साहित भएर या आफूलाई असहाय, बेकामको ठानेर अनि कहिलेकाहीं त किंकर्तव्यविमूढ भएर त्यसबाट सहज उन्मुक्तिका लागि आत्महत्याको निर्णय लिन पुग्छन् । आत्महत्याका घटनाहरू भारत, नेपाल जस्ता विकासोन्मुख देशहरूमा मात्र होइन विकसित देशहरूमा पनि देखिन्छ । जस्तो कि संयुक्त राज्य अमेरिकाको एउटा परामर्श केन्द्रमा त बर्सेनि ४०-५० जना विद्यार्थी आत्महत्याको विचार लिएर आउने गरेका देखिएको थियो । युवा विद्यार्थीहरू पढाइको चाप एवं तिनका अभिभावकहरूले बारम्बार अड्डा एवं परीक्षा परिणामबारे गर्ने खोजीनितीका कारण उदास रहने गरेको विभिन्न अन्तर्राष्ट्रिय शोधकार्यहरूबाट प्रस्ट भएको छ । अमेरिकी कलेजका विद्यार्थीहरूमा १० प्रतिशतले त्यस्ता उदासीनताबाट उन्मुक्तिका लागि आत्महत्याको विचार गर्ने गरेको र यो नै तिनीहरूको मृत्युको दोस्रो ठूलो कारण देखिएको थियो ।

अहिले हाम्रो विद्यालयलाई १० बाट बढाएर १२ कक्षा गरिएको छ । अब एसईई विद्यालयस्तरको फलामे ढोका रहेन । अब १२ कक्षालाई फलामे ढोका बुझ्नुपर्छ । त्यसैले एसईईमा जुनसुकै ग्रेडमा पास गरेका विद्यार्थीहरू पनि सजिलै कुनै न कुनै सङ्घामा नामाङ्कन गराएर ११-१२ को पढाइ गरिरहेका देखिन्छन् । यसर्थ विद्यार्थीहरूमा अभिभावकहरूले धेरैभन्दा धेरै ग्रेड ल्याउनको लागि दबाव दिनु उचित होइन । शुरूबाट विद्यार्थीको मनोविज्ञान बुझेर उनीहरूलाई पठनपाठनको राम्रो सुविधा दिएर पढाइमा लगाउनु राम्रो कुरा हो । तर उनीहरूको मनोविज्ञानविरुद्ध आफ्नो स्वार्थअनुकूल यो विषय पढ, यो विषय राम्रो हुन्छ, 'ए प्लस' ल्याउनुपर्छ ... जस्ता कुराका लागि अन्यधिक दबाव दिएपछि विद्यार्थीको मनोविज्ञान विग्रने र नतीजा सोअनुकूल नआएपछि उनीहरू अवसादमा जाने खतरा हुन्छ । अवसादमा गइसकेपछि तत्कालीन सोचे अनुसारको नतीजा प्रकाशन नहुँदा किंकर्तव्यविमूढ भई

विद्यार्थीहरू इमानदार नागरिक मात्रै बनिदिए, उसको र समाज तथा देशको भविष्य राम्रो हुने कुरामा कुनै दुई मत छैन भन्ने कुराको ज्ञान सबैले लिन जरुरी छ ।

हाम्रो समाजमा विद्यार्थी तथा अभिभावक दुवैले यस्तो मनोविज्ञानको विकास गर्न जरुरी छ कि एसईईमा 'डी' ग्रेड ल्याए पनि त्यो विद्यार्थी काम लाने नै हो । बेकम्मा वा निकम्मा होइन । 'सी' वा 'डी' ग्रेड ल्याउने विद्यार्थीको भविष्य पनि खराब हुँदैन, राम्रै हुन्छ । अब पहिलेको जस्तो एसएलसीमा अनुत्तीर्ण हुने ब्रिचिकै कामै नलाग्ने जस्तो अतिशयोक्तियुक्त धारणाहरू राख्नुभएन । यस प्रकारका नकारात्मक सामग्रीहरूलाई प्रमुखताका साथ सञ्चारमाध्यमहरूले प्रचारप्रसार पनि गर्नुहुँदैन । उनीहरूले यसमाथि नजरअन्दाज गर्ने वा रोक लगाउने गर्नुपर्छ । बह्र यसको ठीकविपरीत एसईई नै जीवनको सबै थोक होइन भन्ने कुराको प्रचार गर्न जुट्नुपर्छ ।

हाम्रो समाजमा हुनेखाने परिवार मात्र नभई हुँदाखाने अभिभावकहरूसमेत परस्पर प्रतिस्पर्धा गरेर छोराछोरीलाई एसईई उत्तीर्ण गराउनैका लागि ठूलो धनराशि खर्चेर बोर्डिङ स्कूल, ट्युशन, कोचिङ आदिमा लगानी गरिरहेका हुन्छन् । त्यस्तै, एसईईमा 'सी' वा 'डी' ग्रेड हुनुको मतलब त्यो लगानी खेर गएको ठान्ने या राम्रो श्रेणी ल्याउन नसके त्यस्ता छोराछोरीलाई अपराधीसरह व्यवहार गर्ने गर्छन् । अतः सानैदेखि बालबालिकामा असफलताप्रति डर एवं नकारात्मक भाव, उत्तीर्ण हुन नसके बुबाआमाको सपना पूरा गर्न नसकेकोमा पश्चात्तापबोध अनि जीवनभन्दा पनि परीक्षाको अड्डा नै महत्त्वपूर्ण भन्ने धारणा विकसित भइरहेको हुन्छ । त्यस्तै, विद्यालयहरू पनि एसईई शतप्रतिशत 'ए प्लस'को सफलतालाई नै आफ्नो भविष्यको मानक मान्ने, असफल हुने सम्भावित विद्यार्थीहरूमा हीनताबोध नै जाग्ने गरी व्यवहार गर्ने गर्छन् । अनि मिडियासमेत एसईईमा असफल भएर आत्महत्या जस्ता सामग्रीलाई बढाइचढाइ प्रसारण गर्नमै उद्यत हुन्छ । यी सब तथ्यमाथि विचार गर्दा वास्तवमा अहिलेको आवश्यकता नैतिक शिक्षा एवं मनोविश्लेषणको नै हो । परीक्षामा असफलता जीवनकै असफलता कदापि होइन, किनभने जीवन एउटा असफलताले रोकिदैन । अनि किशोरावस्थामा आउने मनस्थितिको उचित सम्बोधनका लागि समयसमयमा विशेषज्ञबाट परामर्शसमेत चाहिने गर्छ । यी सब तथ्यको चेतना अभिभावक, विद्यालय, मिडियाकर्मी एवं सरकारले नै संवाहन गर्नुपर्छ । तत्र त हरेक वर्ष असार महीना, रोपाइँको मात्र महीना नरही छात्रछात्राहरूको अकाल मृत्युको महीनाका रूपमा रूपान्तरण हुनबाट रोक्नुपर्छ ।

आँप महोत्सवमा बजार नपाएको किसानको गुनासो

महोत्सवी, १४ असार/रासस
पानीबगरको बडहरी खोलावारि महोत्सवीका बर्दिबास-७ प्रेमनगर र भङ्गाहा-४ को रामनगर, पारिपट्टि धनुषाको बटेश्वर गाउँपालिकाका चित्रपुर, लवकुशचोक, कुसुमबिसौता र कात्तिककुमर छन् । खोला वारि र पारि आँपका बगान (बगैँचा) छन् । आँपको यही पकेट क्षेत्रमा आज आँप महोत्सव

सम्पन्न भएको छ । महोत्सवमा जताततै ढकीढकीमा सजाएर राखिएका विभिन्न थरीका आँप छन् । मालदह, दशहरी, बमई, किसनभोग, आमपाली, मल्लिका, स्वर्णरेखा, गुलाबखवास, मिसरिया, डोल्मा, केरवा, लालमोहन, लरुवा र कलकतियालागायतका आँपले महोत्सव सुगन्धित छ । दर्शकहरू थरीथरीका

आँपको स्वाद लिन व्यस्त छन् । आँप उत्पादक किसानले भने अवलोकनकर्तासँग आफ्नो उत्पादनले बजार नपाएको गुनासो गरेका छन् ।

आँप उत्पादनको पकेट क्षेत्र भएपनि यसबारे कतैबाट चासो वास्ता नपाएपछि बटेश्वर-१ का किसानले आज आँप मेला आयोजना गरेका हुन् । "हाम्रो मुख्य फसल यही (आँप) हो, न बजार छ, न केही

दिन सुरक्षित थन्क्याउने चिन्तानघर छ," महोत्सवको अवलोकन गरिरहेका मधेस प्रदेशसभाका प्राकृतिक स्रोत साधन समितिका सभापति शारदा पहाडीसँग ७५ वर्षीय किसान रामविलास महतोले भने, "लौ न, हाम्रा कुरा पनि सुनिऊन् ।" महोत्सव अवलोकन गर्न पुगेका नेपाल होटल तथा पर्यटन व्यवसायी महासङ्घ मधेस प्रदेशका अध्यक्ष हीरालाल गौतमसहितका पदाधिकारी, महोत्सवी/धनुषाका सञ्चारकर्मीहरू, (बाँकी पाँचौं पातामा)

झाँसीमा लक्ष्मीबाईको दरबार घुम्दा-३

राति नौ बजेतिर एउटा होटलको छेउमा बास बस्छौं। मकैको भुटा खोजी र खानमा समय खेर नफालेको भए मज्जाले लखनऊ पुगिन्थ्यो तर यहाँ सडकमा बास बस्नुपरि रहेको छ। अत्यन्त गर्मी छ, मच्छर पनि उत्तिकै तर गाडीको चालकलाई भने गाडी अगाडि बढाउन अलिकति पनि मन लागेको छैन। निद्राले छोप्न थालेको छ। होटलको खाना त राम्रो छ तर त्यहाँको बसाइ जीवनभर नबिर्सिने गरी नराम्रो हुन गयो।

अनिदो रात बित्नुअघि धरतीले अझै अँध्यारो मुख लाएकै बेला त्यहाँ हुन सकिने फ्रेस भएर यात्रा आरम्भ हुन्छ। केही समयमा उत्तर प्रदेशको राजधानी लखनऊ शहरसम्म फराकिलो नयाँ सडकलाई पुन्याइ हामी अगाडि बढ्छौं। लखनऊ नाघ्न लागदा प्रअ प्रभु पटेल सरको स्वास्थ्यमा समस्या देखिन्छ। निकै छटपटिन थाल्नुहुन्छ। बल्लतल्ल एउटा अस्पतालसम्म पुग्छौं। एक कर्मचारी

झाँसीको गौरवगाथाले निकै विस्तार पाएको छ।

हामीलाई हतार भइसकेको छ। टिकट लिएर झाँसीको किल्लामा प्रवेश



नियात्रा



सञ्जय मिश्र

mitrasanjay41@gmail.com

गनुपर्छ। भारतीय पुरातत्व सर्वेक्षणको बोर्ड देखिन्छ। खुल्ने समयमा लेखिएको छ, सूर्योदयदेखि सूर्यास्तसम्म। सूर्यास्त हुनै लागेको छ। यद्यपि सुन्धौं-सूर्यास्तसम्म किल्लाभित्र पस्न पाइन्छ अनि मज्जाले डुल्न र हेर्न सकिन्छ। सूर्यास्त भएपछि नयाँ मानिसको लागि टिकट

पर्यटक तथा स्थानीयहरू हेर्न आउँदा रहेछन्। किल्ला संरक्षणमा सामान्य दर्शक तथा राति आउने दर्शकहरूबाट उठेको रकमले ठूलो टेवा पुगेको रहेछ। हामीलाई रातिको कार्यक्रम हेर्न पाउने समय र परिस्थिति रहेको छैन भन्ने हामीले बुझेका छौं।

किल्लाको उत्तरतिर हेर्दा शहरभन्दा निकै माथि रहेको देखिन्छ। एउटा दक्षिणतिरबाट मात्र हो सजिलो गरी आउन सक्ने हैन भने पूर्व, पश्चिम र उत्तरबाट यो ठाउँ निकै अग्लो रहेको छ। यस कारण यसलाई चारैतिरबाट घेरा हालेर पनि भित्र पस्न नसकिने किसिमले निर्माण गरिएको छ। माथिबाट आक्रमण गर्न सकिने अनेक ठाउँ छन्। यति भव्य छ कि कुनै कुनै ठाउँमा कताबाट पस्न र कताबाट निस्कन भने जस्तो हुन्छ। एकलै पदा कतै कतै डर पनि लाग्छ। सबैतिर प्रहरीको निगरानी हुन्छ। फोटो खिच्न पाइन्छ र कतै कतै

वृद्धावस्थाको विषयमा केही विचार

असार ८ गतेको बाँकी ...

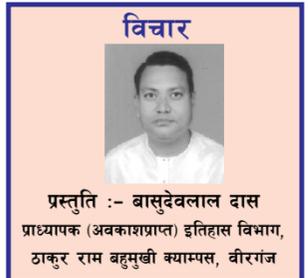
शारीरिक क्षीणताका साथ मानसिक समस्या पनि आउने गर्छ। वृद्धावस्थाको अनुभूतिले नै व्यक्तिलाई एक प्रकारको मानसिक रोगी बनाइदिने गर्छ। यस अवस्थामा स्मरणशक्ति कम हुनु एउटा सामान्य कुरा हो। त्यस्तै वृद्धावस्थाले परिभरता ल्याउने हुँदा मनमा एक प्रकारको संवेगात्मक अस्थिरता उत्पन्न गर्छ। शारीरिक कार्यक्षमता घट्नुले सामाजिक उपयोगिता कम हुने भएकोले अनेक प्रकारका मानसिक चिन्ता हुने गर्छ, जसबाट उसको निद्रा पनि कम हुन्छ।

मानिस जबसम्म आयआर्जन गर्न सक्ने रहन्छ, तबसम्म परिवारमा उसको मान्यता रहने गर्छ। परन्तु, जब कुनै पनि कारणले गर्दा, ऊ आयआर्जन गर्न नसक्ने अवस्थामा पुग्छ, तब ऊ परिवारका लागि एउटा बेकारको वस्तु अर्थात् भार-स्वरूप जस्तै भइहाल्छ। यसले गर्दा ऊ कुण्ठित हुन पुग्छ। अर्कोतिर अहिलेको अर्थप्रधान युगमा अर्थोपाजनका लागि सन्तानलाई बाहिर जाने बाध्यता पनि रहेको छ। संयुक्त परिवारको स्थानमा एकल परिवारको अवधारणा आएकोले विवाहोपरान्त सन्तान मातापिताका साथ बस्न चाहँदैन। फलस्वरूप जुन उमेरमा मानिसलाई आफ्ना सन्तानबाट सबैभन्दा बढी सहायता र संरक्षणको आवश्यकता हुन्छ, त्यस उमेरमा ऊ निराश्रित र एकलोपन अनुभव गर्छ।

“पीढी-रिक्तता”ले गर्दा व्यक्तिको विचार र कार्य-व्यवहारमा असामान्य फरक अर्थात् वैचारिक मतभेद पाइनुका फलस्वरूप वृद्धजन आफ्नै परिवारमा, जीवनका अन्तिम चरणमा, उपेक्षाभावको अनुभूति गर्दै असन्तुष्ट जीवनयापन गर्न बाध्य रहेका छन्। वृद्धवृद्धा एकलै बस्न बाध्य भएका छन्। जसरी उमेर बढ्दै जान्छ, उनीहरू एकलोपन, भय, सन्त्रास तथा असुरक्षा अनुभव गर्न थाल्छन्। यदि वृद्धावस्थामा पति वा पत्नीमध्ये कुनै एकजनाको मृत्यु भइहाल्छ भने ऊ आफ्नो दुःख र वेदना अकासित भन्ने अवस्थामा पनि रहने गर्दैन। एकलोपनको यो भावना पनि वृद्धावस्थामा मानसिक तनावको एउटा कारण हुन जान्छ। कतिपय परिवारमा वृद्धजनलाई तिनका हातमा रहेको धनका लागि मात्र सेवा गरिएको देखिन्छ। कति त धन-सम्पत्ति हस्तान्तरण गरिदिन दबाबसमेत दिने गर्छन्। कतिपय युवा दम्पती आफ्ना वृद्ध मातापितालाई घरबाट बोलाइ आफू बस्ने परदेशमा लगेर दयनीय जीवनयापन गर्न बाध्य गर्दा वृद्धजनप्रति हुने अनादर एवं पारिवारिक शोषणको अनुमान गर्न सकिन्छ। मातापिता छोराछोरीलाई पालनपोषण गरेर हुर्काउँछन्, तर वृद्धावस्थामा पुगेपछि तिनलाई कसले पाल्ने भन्ने समस्या हुन्छ। अझ दुःख र सन्ताप त त्यस बेला हुन्छ, जब पालनका लागि नै माता र पितालाई दाजुभाइका बीचमा भाग लगाइन्छ।

संयुक्त परिवार हुँदा त्यहाँ परिवारमा अनेक सदस्य रहने भएकाले वृद्धवृद्धालाई हेरचाहमा त्यति समस्या हुने गर्दैन थियो। परन्तु एकल परिवारमा जब परिवारका सदस्यहरू बाहिर गइहाल्छन्, अनि वृद्धवृद्धालाई हेरचाह गर्ने कोही पनि हुँदैन। पहिले पारिवारिक उत्सव, समारोह इत्यादिका अवसरमा सबै कुटुम्ब जम्मा हुँदा वृद्धवृद्धाका लागि परस्पर वार्तालाप तथा मनोरञ्जनको वातावरण हुने गर्थ्यो। तर अहिले कार्यव्यस्ता तथा परदेश बसाइका कारण यस्तो परिवेश प्रायः पाइने गरिँदैन। वृद्धजननिर कोही पनि जान माग्दैनन्, उनीहरूसित कुरा गर्न तथा उनका कुरा सुन्न रुचाउँदैनन्। त्यस्तै,

वृद्धजन आफू स्वयम् शारीरिक अशक्तताले गर्दा बाहिर जान सक्दैनन्। यसरी तिनको सामाजिक परिवेश सीमित हुन्छ। अर्कोतिर मनोरञ्जनका साधनमा



विचार



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

टेलिभिजनको प्रधानता देखिएको छ। वृद्धवृद्धाका आँखा र कान कमजोर हुँदा तथा बच्चाहरूको पढाइको कारणले पनि यसबाट अपेक्षित मनोरञ्जन प्राप्त गर्न सकेका हुँदैनन्। यस प्रकार जीवनका उर्वर वर्षहरूमा सन्तान, परिवार, समाज र राष्ट्रका लागि योगदान गर्ने व्यक्ति वृद्धवृद्धा भएमा अनेक समस्याहरूको सामना गर्न बाध्य हुन्छन्। आधुनिक उपभोक्ता-संस्कृति तथा परम्परागत सामाजिक मूल्य-मान्यतामा आएको न्हासका कारण वृद्धवृद्धाहरू घरको एउटा कुनामा उपेक्षित भएर बसिरहेका अथवा वृद्धाश्रम वा अस्पतालमा आफ्नो मृत्युको प्रतीक्षा गरिरहेका हुन्छन्। वृद्धावस्थाका समस्याका समाधानतिर लागौं।

(क) वृद्धजनका लागि गरिनुपर्ने:- वृद्धावस्था स्वाभाविक र अनिवार्य अवस्था हो। वृद्धवृद्धाहरू समाजका अति महत्त्वपूर्ण र उपयोगी अङ्ग हुन्। तिनहरूको हेरचाह तथा आवश्यक सुविधाहरूको व्यवस्था हुनुपर्छ। तिनहरूलाई प्रेम तथा सम्मान गर्नुपर्छ। तिनहरूलाई सदैव सक्रिय राख्नु, सुरक्षाको ध्यान राख्नु, योग तथा ध्यान गर्ने प्रेरित गर्नुपर्छ। वृद्धवृद्धा आफूलाई एकलो अनुभव नगरून्, यसका लागि पारिवारिक मामिलाहरूमा तिनहरूसँग परामर्श गर्नुपर्छ। वृद्धवृद्धालाई सकेसम्म धेरैबेर एकलो छाड्नुहुँदैन। तिनहरू क्रोधित भएमा सहनुपर्छ, झर्को मान्नुहुँदैन। वृद्धवृद्धाका अनुभवहरू ध्यान दिएर सुन्नुपर्छ। वृद्धवृद्धाका लागि सामाजिक, आर्थिक एवं मानसिक सुरक्षा प्रदान गर्ने उपायहरू गर्नुपर्छ। तिनहरूका लागि स्वस्थ मनोरञ्जनका साधनहरू उपलब्ध गराइनुपर्छ। वृद्धावस्थालाई भारको रूपमा होइन कि जीवनको अनिवार्यताको रूपमा स्वीकार गर्नुपर्छ। बेलाबेलामा वृद्धवृद्धाहरूका लागि सामान्य ज्ञान, खेल, मनोरञ्जन, कार्यशाला, सामान्य चिकित्सा, मनोचिकित्सा तथा पोषण विषयक परामर्श कार्यक्रम इत्यादि जस्ता विशेष आयोजनाहरू गर्नुपर्छ। राज्य वा सरकारको तर्फबाट सुविधासम्पन्न वृद्धाश्रमका साथै स्वास्थ्य बीमा, वृद्धावस्था भत्ता, कानूनी संरक्षण तथा अन्य सेवासुविधा सहज ढङ्गले उपलब्ध हुने व्यवस्था हुनुपर्छ। विद्यालयका पाठ्यक्रममा वृद्धजनप्रति सम्मान गर्ने नैतिकता विकसित गर्ने विषय सामेल गरिनुपर्छ। शिक्षित वृद्धवृद्धाहरूका अनुभवको उपयोग प्रौढ-शिक्षा जस्ता कार्यक्रम गरेर तिनहरूलाई आंशिक रोजगारको व्यवस्था गर्नुपर्छ, जसबाट वृद्धजन व्यस्त रहन सक्न्। वृद्धजनद्वारा पूर्वकालिक तथा वर्तमान समयमा सम्पादित कार्य तथा योगदान हेतु मान, सम्मान प्रदान गरिनुपर्छ। बाल्यावस्थादेखि नै यस्ता संस्कार विकसित गरियोस्, जसले गर्दा युवा पीढीमा वृद्धजनप्रति आत्मीयता, सहानुभूति र सम्मानका भाव उत्पन्न होओस्। वास्तवमा वृद्धावस्था समस्याहरूको घर नै हो, अतः स्वयम् वृद्धवृद्धा, तिनका सन्ततिहरू, समाज तथा

सरकार-यी सबैको सामञ्जस्यपूर्ण सहयोगात्मक व्यवहारद्वारा नै समस्याहरूको समाधानतिर सकारात्मक प्रयास हुन सक्छ।

(ख) वृद्धाश्रमको व्यवस्था:- अहिले परिस्थिति यस्तो भएको छ कि समाज तथा राज्य वा राष्ट्रको तर्फबाट सामाजिक समायोजनको व्यापक जिम्मेवारी स्वीकार गर्नुपर्ने आवश्यकता भइसकेको छ। यस क्षेत्रमा सामाजिक सङ्घसंस्थाको योगदान हुनुपर्ने देखिन्छ। वृद्धवृद्धाहरूका लागि वृद्धाश्रमको व्यवस्था हुनु आवश्यक भएको छ। पहिले वृद्धाश्रम हुँदैन थियो। वृद्धवृद्धा परिवारका लागि गौरवको विषय ठानिन्थे। परिवारका सबै सदस्य मिलेर तिनको सेवा गर्नु दायित्व र कर्तव्य ठान्ने गर्थे। यदि कुनै वृद्धवृद्धा, विभिन्न कारणले गर्दा, परिवारबाट अलग (टाढा) भएर बस्न बाध्य हुन्थे भने तिनहरू तीर्थस्थानमा गएर बस्थे। परन्तु त्यहाँ पनि तिनको भरणपोषण र स्याहारसुसारको व्यवस्था सम्बन्धित परिवारबाट नै गरिन्थ्यो। तर अहिलेको बदलिँदो सामाजिक र पारिवारिक परिवेशमा वृद्धवृद्धाका लागि एउटा यस्तो स्थानको आवश्यकता भएको छ, जहाँ तिनहरू एकअर्कासित कुराकानी, वार्तालाप, भलाकुसारी गरेर समय बिताउन सक्न्। कतिपय वृद्धवृद्धाहरू परिवारमा सँगै बसेको भए तापनि छोरा-बुहारी काममा तथा नाति-नातिनी विद्यालयमा गइसकेपछि घरमा एकलै बस्न बाध्य हुन्छन्। अर्कोतिर सन्तान परदेशमा आयआर्जन गरिरहेका अवस्थामा पनि वृद्धवृद्धाहरू वृद्धाश्रममा बस्न बाध्य हुन्छन्। कतिपय त आफ्नो एकलोपनबाट बाक्क भएर तथा कतिपय वृद्धवृद्धाहरू सन्तानसित मिल्न नसकेर परिभरताबाट बच्न एवं निजी स्वतन्त्रता तथा स्वच्छन्दताको इच्छाले वृद्धाश्रममा बस्न आएका हुन्छन्। हुनत एउटा विचारमा भनिन्छ कि वृद्धजनको पुनर्बास एउटा गम्भीर समस्या हो र यसको विकल्प वृद्धाश्रम हुन सक्दैन, किनकि यसले निष्कासनको प्रक्रियालाई प्रेरित गरिरहेको हुन्छ। असल त यही हुन्छ कि वृद्धजनलाई परिवारमा आनन्दसित बस्ने परिवेशको निर्माण होओस् तथा तिनहरूले सन्ततिबाट सुख प्राप्त गर्न सक्न्। तर समयको तीव्र प्रवाह, सामाजिक सङ्क्रमणको संस्कृति, औद्योगिकीकरण र उपभोक्तावादी आर्थिक विचार इत्यादिको प्रभावका कारण वर्तमान समयमा वृद्धाश्रम एक प्रकारले आवश्यक जस्तै भएको देखिन्छ।

(ग) युवापीढीकालागि केही सुझाव:- आजका युवापीढीले यी कुरा बुझ्नुपर्छ कि वृद्धावस्था स्वाभाविक हो, हामी एक दिन यस अवस्थामा पुग्नेछौं। वृद्धजन हाम्रा जिउँदो इतिहास हुन्। तिनहरू ज्ञान र अनुभवका भण्डार हुन्। तिनहरू हाम्रा अग्रज हुन्। तिनहरूले हामीलाई पालनपोषण गरेका छन्। तिनहरूलाई हामीले आदर, सम्मान र स्नेह दिनुपर्छ। तिनहरूको आवश्यकताको पूर्ति गर्नु र सबै प्रकारले सुरक्षित राख्नुपर्छ। यसका साथै आफ्ना परिवारका वृद्धजनका साथ बस्नु, शिष्ट तथा नम्र भाषामा कुराकानी गर्नुपर्छ, जसबाट तिनमा एकलोपनको अनुभूति नहोओस् तथा भावनात्मकरूपबाट स्वस्थ रहन सक्न्। पारिवारिक निर्णयमा रायसल्लाह गर्नु, जसबाट तिनहरूमा आफ्नो महत्ताको बोध होओस्, तथा अनुपयोगिताको भाव नआओस्। स्वास्थ्य सम्बन्धी जिज्ञासा राख्नु, आवश्यक औषधिको व्यवस्था गर्नु, पथ्य-परहेजमा ध्यान दिनु, पर्यटन, भ्रमण तथा

(बाँकी चौथो पातामा)



आइपुगेका छन् र चिकित्सक आउन बाँकी छ। सरकारी आयुर्वेदिक अस्पताल हो। लगभग डेढ/दुई घण्टासम्म त्यहाँ आराम र औषधोपचार गरेपछि अलिकति स्वास्थ्य अनुकूल हुन्छ र हामी पुनः यात्रालाई जोड्छौं। केही बेर गुडेपछि एउटा गज्जबको रमाइलो बौचामा गाडी रोकेर खाना पकाउन थाल्छौं। आरामले चीसो पानीमा नुहाउँदै खाना पकाउँदै खाएर पुनः यात्रा अगाडि बढाउँछौं। आज जसरी पनि पुग्न छ झाँसी।

सडकको अवस्था फेरिएको छ तर नराम्रो भने छैन। बिल्कुलै अपरिचित क्षेत्रतिर अगाडि बढिरहेको गाडी। गाडी र यात्रु कहिल्यै यता नगएको क्षेत्र हो। घरी गुगलको सहयोग त घरी सडकमै लेखिएका बोर्डहरूको सहारामा अगाडि बढेका छौं हामी। रिनन्तर अगाडि बढिरहेका छौं। कतै पनि काग वा कौवा देखिँदैनन्। अन्य चराहरू भने देखिन्छन्। बरु मयुर देखिन्छन् कतै कतै। उडिरहेका मयुर, बसिरहेका मयुर, हिंडिरहेका मयुर। हाम्रोलागि आकर्षण भइरहन्छ। जब झाँसी आइपुग्छ, तब उत्सुकता पराकाष्ठामा हुन्छ। एउटा डर पनि हुन्छ, बन्द भइहालोस् झाँसीको किल्ला। अवेर भइसकेको छ। साँझ पत्न थालेको छ। घुमाउरो बाटो हुँदै उकालिँदै चढ्छौं र फराकिलो ठाउँमा गाडी रोकिन्छ। आहा! सम्पूर्ण झाँसी देखिने गज्जबको पर्यटकीय ठाउँ।

झाँसी एउटा जिल्ला हो, उत्तर प्रदेशको। यस जिल्लाको सिमाना मध्यप्रदेशसित जोडिएको छ। झाँसीको सदरमुकाम पनि हो झाँसी शहर। यो बुन्देलखण्ड अन्तर्गत पर्छ। ऐतिहासिक दृष्टिकोणले यो निकै प्रसिद्ध जिल्ला हो।

काटिन्ने। १५ वर्षासम्मका बालबालिकालाई निश्शुक्ल रहेको झाँसीको किल्लामा भारतीय तथा सार्क र बिस्वटेकसहितका नागरिकलाई २५ र विदेशीलाई तीन सय रुपियाँ शुल्क तोकिएको छ। विशाल ढोकामै टिकट काटिने रहेछ। अझै मानिसहरूले टिकट लिइरहेका छन्। हामी सामूहिक टिकट किन्छौं र भित्र प्रवेश गर्छौं।

झाँसीको किल्लाको धेरै राम्रोसित संरक्षण गरिएको रहेछ। सानो पहाडमा अवस्थित यस किल्लाको निर्माण १६१३ इस्वीमा भएको रहेछ। यसै दुर्गको नाम झाँसी राखिएको र कालान्तरमा जिल्लाकै नाम झाँसी हुन पुगेको रहेछ। सन् १८५७ को भारतीय विद्रोहमा यस स्थानको निकै महत्त्वपूर्ण भूमिका रहेको छ। अङ्ग्रेज सैनिकले यस किल्लाको भेदन गर्न १७ दिनसम्म लगातार आक्रमण गरिरहे र रानी लक्ष्मीबाईले निरन्तर प्रतिकार गरिरहिन्। सानो बच्चालाई पिठ्युँमा बोकेर घोडामा चढी अङ्ग्रेजसित वीरताका साथ लड्दै कालपी हुँदै ग्वालियर पुगिन्। यस वीरताको गाथा निकै गाइएको पाइन्छ। यसैले पनि यो किल्ला निकै महत्त्वपूर्ण छ।

१५ एकडभन्दा ठूलो क्षेत्रफलमा फैलिएको यस किल्लाभित्र अनेक दर्शनीय वस्तुहरू छन्। मुख्य प्रवेशद्वार, कडक बिजली तोप, प्रेक्षागृह, पञ्चमहल, कालकोठरी, फाँसीघर, विभिन्न मन्दिरहरू, भवानी शङ्कर तोप आदि यसका मुख्य दर्शनीयस्थलहरू छन्। यहाँ प्रेक्षालयमा विभिन्न कार्यक्रमहरू देखाइँदो रहेछ। किल्लाको महत्त्व र इतिहासका साथै रानी लक्ष्मीबाईले गरेको युद्धको बारेमा पनि देखाइँदो रहेछ। हरेक रात

जान चाहिँ प्रहरीले रोक्छ र फोटो खिच्न पनि रोक्छ।

विस्तारै सबैतिर बत्ती बल्ल थाल्छ। शहर झिलिमिली देखिन थाल्छ। किल्लाको सुरक्षार्थ खटिएका प्रहरीहरूले अब निस्कनलाई सङ्केत गर्न थालेका छन्। हतार छैन तर अब उता नजानुस्, उता पस्नुहुँदैन भन्न थालेका छन्। यसको अर्थ छिटो निस्कनुहोस् भन्नु पनि हो। झन्डै एक घण्टा किल्लाभित्र बिताउँछौं। जति हेर्नुपर्ने हो, मुख्य सबै कुरा हेर्छौं। हेर्दैमा आश्चर्यचकित र विस्मित पार्ने किसिमले निर्माण गरिएको झाँसीको किल्लाले स्थानीयमा पनि निकै ठूलो सम्मान पाएको छ। झाँसीको गर्वको रूपमा पनि यस किल्लालाई लिइँदो रहेछ।

बाहिर गएकालाई अँध्यारोले हतारमा काम गर्न अन्हाउँदो रहेछ। हामीले आजको लागि बास पनि खोज्नु छ। झाँसी हेर्दै मनमोहक शहर हो। ढिलो भइसकेको भएपनि बास खोज्नुपर्ने हतारले किल्लाभित्रबाट बाहिरतिर निस्कन्छौं। झन्डै सबैभन्दा पछाडि म नै हुन्छु साथीहरूमा।

अघि गाडी रोकिएको ठाउँमा आएपछि त्यहाँबाट देखिने शहरको अवस्थे बदलिएको छ। रङ्गीचङ्गी बिजुलीको शहर देखिएको छ। अनि त्यहाँ धेरै किसिमका बोर्डहरू राखिएका छन्। एउटा बोर्डमा आँखा पुग्छ। हामीले अघि भर्खर देखेको चाहिँ झाँसीको रानीको वास्तविक दरबार होइन रहेछ। यो मुख्य किल्ला चाहिँ हो तर दरबार चाहिँ पर रहेछ। रानी लक्ष्मीबाईको दरबार अलिक टाढा भएको कुरा सुनेर मन अमिलो भयो।

आनन्दको खोजी : मनको अन्तर्यात्रा

ठीक यस्तै किसिमले हाम्रो आचरण, हामीले अरुसँग गर्ने व्यवहार, त्यो हाम्रो वास्तविक स्वरूप होइन । पुरानो जमानामा जसलाई हामी धार्मिक भन्ने गर्थौं, उनीहरूलाई पनि धर्ममा उत्सुकता थिएन । उनीहरूलाई नैतिकता तथा आचरणमा उत्सुकता थियो । बाहिरको आचरण बदलेर हाम्रो अन्तर्मन कहिल्यै पनि बदलिँदैन ।



हरिकृष्ण बराल
(स्वामी राधामाधव)
मुर्ली बगैँचा, वीरगंज

एउटा बिस्वा कमजोर भयो भनेर त्यसको पातमा हरियो रङ्ग दलिनाने, फूल ओडलायो भनेर प्लास्टिकको फूल टाँसिनाने, त्यसमा अत्तर छर्किएर बास्नादार बनाइदिनाले बिस्वा बलियो हुँदैन । बिस्वा बलियो बनाउन बिस्वाको जरामा पानी हाल्नुपर्छ । मल हाल्नुपर्छ । तबमात्र बिस्वा स्वस्थ हुनेछ र यसमा स्वाभाविकरूपले नयाँ पालुवा आउँछ, फूल फुल्छ, सुगन्ध फैलिन्छ । यो प्राकृतिक हुनेछ, यो स्वाभाविक हुनेछ र यसमा सुन्दरता हुनेछ । बाहिरी आचरण सुधार गर्ने कोशिश गर्नु व्यर्थ हो । यदि हामीमा पापप्रति आकर्षण विद्यमान छ भने हामीले बाहिरीरूपमा कमाएको पुण्यले केही काम गर्दैन ।

उसको नजरमा कोही श्रेष्ठ र कोही निकृष्ट हुँदैन, सबै समान हुन्छन् । जसले आफूभित्र परमात्मा छ भनेर जान्यो, उसले सबैको भित्र त्यही परमात्मा छ भनेर जान्छ । उसको जीवनमा सबै थोक सुन्दर हुनेछ । किनकि ऊ भित्रैदेखि सुन्दर भएको छ । उसले आचरण मात्र परिवर्तन गरेको छैन, ऊ जागृत भएको छ । उसले अरूमा परमात्माको खोज गरेको छैन, उसले आफैँभित्रको परमात्माको स्वर सुनेको छ । तब उसलाई स्पष्ट भएको छ कि सबैको भित्र परमात्माको आवाज गुन्जिरहेको छ । सबैभित्र एउटै जीवनको धडकन छ । त्यसैले उसको मनमा समस्त जीवनप्रति आदर, सम्मान र प्रेमको भावना पलाएको छ ।

एउटा मानिसले दान-पुण्य गरिरहेको छ । दान पनि गरिरहेको छ । मन्दिर, पाटी, पौवा पनि बनाइरहेको छ । तर उसको मनभित्र पापको बीउ जस्ताको त्यस्तै छ । उसले पहिले शोषण गरेर कमाएको धन तथा पहिले गरेको अपराध बोधलाई मेटाउनको लागि अहिले दान-पुण्य गर्ने, मन्दिर बनाउने कार्य गरिरहेको छ । अथवा उसले आफ्नो अहङ्कारलाई सिङ्गारपटार गरिरहेको हुन सक्छ । जसले गर्दा अरू मानिसहरूले थाहा पाऊन् कि उसले धेरै दान-पुण्य गरिरहेको छ । पाटी-पौवा, पानी-पधेरा, मठमन्दिर बनाइरहेको छ । उसले आफ्नो अहङ्कारलाई प्रतिष्ठापित गरिरहेको छ । जसले गर्दा उसको दान दिने दोकान अझै चल्नेछ । मानिसहरूले उसलाई दानी महात्मा भन्न थाल्छन् ।

यसरी मानिस जागृत भएपछि उसको आचरण पनि बदलिन्छ । उसको आचरण कुनै नियमले हैन, कुनै सिद्धान्त अथवा शास्त्र पढेर पनि हैन, स्वाभाविकरूपले बदलिन्छ । कसैले थोपरिदिएको अनुशासनबाट हैन आत्मानुशासनबाट उसमा परिवर्तन आउनेछ । यो अनुशासन आफैँभित्र उठ्तिरहेको अनुशासन हो । यो फूलको बास्नाजस्तै चारैतिर फैलिनेछ ।

उसले गरेको दान पहिले उसले शोषण गरेर कमाएको धनको अंश पनि हुन सक्छ । नत्रभन्ने त्यत्रो दान गर्ने पैसा ऊसँग कहाँबाट आयो । यसको मतलब दान गर्नको लागि मानिसले धन कमाउन जरुरी छ । शोषण गर्नु जरुरी छ । पाप गर्नु जरुरी छ । चोरी गर्नु जरुरी छ । बेइमानी गर्नु जरुरी छ । दान-पुण्यको दोकान नै पापमा अडिएको छ । यसैले बाहिरबाहिर पुण्य गरेर, राम्रो आचरण बनाएर, सदाचारका नियमहरू पालना गरेर हाम्रो अन्तर्मनको विकास हुन सक्दैन । हाम्रो अन्तर्मन परिवर्तित हुँदैन ।

ध्यान विधिको कुरा गर्दा अलगअलग समयमा अलगअलग विधि गर्नको लागि निर्देशित गरिएको छ । सूर्य उदयको समयमा गरिने ध्यानमा प्राणायाम गर्ने गरिन्छ, लामो तथा गहिरो श्वास लिने गरिन्छ । यसले हाडपेर अक्सिजनेशन गर्छ, जसले गर्दा हामीलाई धेरै ऊर्जा प्राप्त हुन्छ । हामीमा ऊर्जा लबालब भरिन्छ । सूर्योदयको समयमा गरिने ध्यान हामीले सुन्नुभन्दा पहिले गर्नु भने हाम्रो निद्रा हराउनेछ । किनकि हामीभित्र शक्ति जागृत हुनेछ । त्यो शक्तिले हामीलाई शान्तिले सुत्न दिनेछैन । हाम्रो निद्रा गायब हुनेछ । हामीलाई अर्को दिन काम गर्न मन लाग्नेछैन । शरीर भारीभारी लाग्नेछ, दिनभरि नै हाडहाड आउनेछ, अनिद्रा महसूस हुनेछ । सबै कुरा गडबड हुनेछ । त्यसैले गुरुजनले जसरी निर्देशित गर्नुभएको छ, त्यसैगरी र त्यही विधि गर्नु ठीक हुन्छ । यदि चिकित्सकले निद्राको ट्याबलेट बेलुका सुत्ने बेलामा खानु भनेको छ, त्यसलाई हामीले बिहान उठ्ने बित्तिकै खाउँ भने त्यसले हामीलाई दिनभरि नै दुःख दिन सक्छ । अब यसमा औषधिको केही गलती छैन, गलती हाम्रै हो । हामीले गलत समयमा औषधिको सेवन गर्नु, प्रेसक्रिप्सनलाई फलो गरेनौं । ध्यानका विधिहरूलाई पनि समय अनुसार छुट्याइएको छ । कुन विधि बिहानको समयमा गर्ने ? कुन ध्यान सूर्योदयपछि गर्ने ? कुन ध्यान मध्याह्नपूर्व गर्ने ? मध्याह्नपछि कुन ध्यान गर्ने ? साँझको समयमा कुन ध्यान गर्ने ? रात्रिको समयमा कुन ध्यान गर्ने ? रात्रिमा निद्रा खुल्यो भने कुन ध्यान गर्ने ? यी सबै शरीरले सद्क्रियाहरू गर्नेछ । सबै कुरा 'सत्यम् शिवम् सुन्दरम्'तर्फ अग्रसर हुनेछन् र हाम्रो जीवन पुषित एवं पल्लवित हुन थाल्नेछ । हामी भित्रैबाट बदलिन जान्छ । ओशो भन्नुहुन्छ- म आचरण हैन जागरण सिकाउँछु । आचरण बाहिरी कुरा हो, जागरण भित्री कुरा हो ।

जसको आन्तरिक रूपान्तरण शुरू हुन्छ, उसको निश्चितरूपले बाहिरी परिवर्तन पनि हुन्छ । एउटा बिस्वाको जरा मजबूत भयो, उसले खाद-पानी राम्रोसँग पायो भने त्यो बिस्वा अवश्य पनि स्वस्थ हुन्छ र त्यसमा फूल फुल्छ अनि त्यो फूलको सुगन्ध चारैतिर फैलिन्छ ।

ध्यान विधिको कुरा गर्दा अलगअलग समयमा अलगअलग विधि गर्नको लागि निर्देशित गरिएको छ । सूर्य उदयको समयमा गरिने ध्यानमा प्राणायाम गर्ने गरिन्छ, लामो तथा गहिरो श्वास लिने गरिन्छ । यसले हाडपेर अक्सिजनेशन गर्छ, जसले गर्दा हामीलाई धेरै ऊर्जा प्राप्त हुन्छ । हामीमा ऊर्जा लबालब भरिन्छ । सूर्योदयको समयमा गरिने ध्यान हामीले सुन्नुभन्दा पहिले गर्नु भने हाम्रो निद्रा हराउनेछ । किनकि हामीभित्र शक्ति जागृत हुनेछ । त्यो शक्तिले हामीलाई शान्तिले सुत्न दिनेछैन । हाम्रो निद्रा गायब हुनेछ । हामीलाई अर्को दिन काम गर्न मन लाग्नेछैन । शरीर भारीभारी लाग्नेछ, दिनभरि नै हाडहाड आउनेछ, अनिद्रा महसूस हुनेछ । सबै कुरा गडबड हुनेछ । त्यसैले गुरुजनले जसरी निर्देशित गर्नुभएको छ, त्यसैगरी र त्यही विधि गर्नु ठीक हुन्छ । यदि चिकित्सकले निद्राको ट्याबलेट बेलुका सुत्ने बेलामा खानु भनेको छ, त्यसलाई हामीले बिहान उठ्ने बित्तिकै खाउँ भने त्यसले हामीलाई दिनभरि नै दुःख दिन सक्छ । अब यसमा औषधिको केही गलती छैन, गलती हाम्रै हो । हामीले गलत समयमा औषधिको सेवन गर्नु, प्रेसक्रिप्सनलाई फलो गरेनौं । ध्यानका विधिहरूलाई पनि समय अनुसार छुट्याइएको छ । कुन विधि बिहानको समयमा गर्ने ? कुन ध्यान सूर्योदयपछि गर्ने ? कुन ध्यान मध्याह्नपूर्व गर्ने ? मध्याह्नपछि कुन ध्यान गर्ने ? साँझको समयमा कुन ध्यान गर्ने ? रात्रिको समयमा कुन ध्यान गर्ने ? रात्रिमा निद्रा खुल्यो भने कुन ध्यान गर्ने ? यी सबै शरीरले सद्क्रियाहरू गर्नेछ । सबै कुरा 'सत्यम् शिवम् सुन्दरम्'तर्फ अग्रसर हुनेछन् र हाम्रो जीवन पुषित एवं पल्लवित हुन थाल्नेछ । हामी भित्रैबाट बदलिन जान्छ । ओशो भन्नुहुन्छ- म आचरण हैन जागरण सिकाउँछु । आचरण बाहिरी कुरा हो, जागरण भित्री कुरा हो ।

ठीक यस्तै प्रकारले जुन मानिस ध्यानस्त भयो, समाधिस्त भयो, अब उसको जीवनमा हामीलाई सबैतिर सुगन्ध र प्रेम झल्किन्छ । अब त्यो मानिस कुरापावाहन हुन थाल्छ, दयावान हुन थाल्छ । ऊ सम्पूर्ण जगत्प्रति सम्मान भावले भरिन्छ । त्यतिमात्र हैन ऊ सम्पूर्ण जीवनप्रति नै सम्मान भावले भरिन्छ ।

उसको आन्तरिक रूपान्तरण शुरू हुन्छ, उसको निश्चितरूपले बाहिरी परिवर्तन पनि हुन्छ । एउटा बिस्वाको जरा मजबूत भयो, उसले खाद-पानी राम्रोसँग पायो भने त्यो बिस्वा अवश्य पनि स्वस्थ हुन्छ र त्यसमा फूल फुल्छ अनि त्यो फूलको सुगन्ध चारैतिर फैलिन्छ ।

आसैनिक न धातु हो, न अधातु बरु दुवैको बीचको पदार्थ हो, जसलाई मेटलवायड भनिन्छ, जो लगभग रङ्गीन, गन्धहीन र स्वादहीन हुन्छ । धर्तीको गर्भमा आसैनिकका ठूलाठूला चट्टान छन् । समयसमयमा ती चट्टान टुटेर ताल वा नदीको पानीमा मिल्छ । त्यही पानी हाम्रो इनार वा ट्युबेलमार्फत हाम्रो पिउने पानीमा आउँछ । जब पानीमा यसको मात्रा ०.२ मिलिग्राम प्रति लिटर र फ्लोरिनको १.५ मिलिग्राम प्रति लिटरभन्दा बढी हुन्छ, तब हाम्रो स्वास्थ्यको लागि नोक्सानदेह बन्छ । आसैनिकले आसैनिक प्यायजनिड र फ्लोरिनले डेटल केरिज र हाडलाई बाङ्गेटिङ्गे बनाउँछ । पानीमा आसैनिकको उपस्थिति गन्धहीन र स्वादहीन भएको हुनाले पहिचान गर्न सकिँदैन । पानीलाई तताएपछि पनि यो जाँदैन र यसको लागि अलग्गै फिल्टर हुन्छ ।

रोचक त यो छ कि यो चामलको ब्रानमा पनि पाइन्छ, जसलाई पोलिसिड गरी हटाइन्छ । यस हिसाबले ब्राउन राइसभन्दा पोलिसिड राइस राम्रो हुन्छ । बेलाबेलामा सरकारी अधिकारी ट्युबेल जाँच आउँछन् कि पानीमा आसैनिक छ वा छैन अथवा छ भने कति मात्रामा छ । मानिसमा यसको विषाक्तताको मुख्य स्रोत पानी नै हो तर यसले हावा पनि प्रदूषित हुन्छ । यो माइन, ग्लास बनाउनमा, काठलाई सुरक्षित राख्न पालिसको रूपमा र सेमिकन्डक्टरको कारखानामा प्रयोगमा आउँछ । मेटलवायडको रूपमा यो विषाक्त हुँदैन तर हावाले वा अन्यत्र आक्सिडाइज भएर यो विषाक्त बन्छ । यसको इनआर्गेनिक कम्पाउन्ड धेरै विषाक्त हुन्छ । त्यस्तै, जब आसैनिक आमाशय वा आन्द्रामा जान्छ, तब त्यहाँ पनि आक्सिडाइज भएर नै विषाक्त बन्छ । आसैनिक आक्साइड, ट्राइआक्साइड, आसैनियस आक्साइड र आसिनेट्स सबै विषाक्त हुन्छन् । आसैनिक आक्साइड कला, वालपेपर, कृत्रिम रङ्ग र विभिन्न पेस्ट आदि बनाउनमा उपयोगमा आउँछ । यसको ज्ञान त ४०० बिसीदेखि नै मानिसलाई थियो तर सन् १२५० मा जर्मन वैज्ञानिक अल्बर्टलाई यसको खोजको श्रेय दिइन्छ ।

आसैनिकलाई ओजोनले घुलनशील वा अघुलनशील बनाउँछ । त्यसपछि फिल्टर गर्न सजिलो हुन्छ । कहीकही यसको आउटब्रेक नै देखिन्छ । चीन, चिली, भारत र श्रीलङ्कामा कलेजोको विषाक्तताको यही मुख्य कारक हो । गन्धहीन, स्वादहीन र रङ्गीन भएकोले यसलाई दूध, कफी वा जुसमा सजिलै मिलाएर दिन सकिन्छ । यसको एउटा सानो अणु पनि कोषभित्र पस्नो भने

कोषको रेसपिरेसन बन्द भएर कोष मर्छ । रक्तकोषिकाको आवरण अथवा मेम्ब्रेनलाई पनि यसले तोडिदिन्छ । यस कारण मध्यकालमा य स ल । ड ग्दीनसीनलाई मारी अन्यलाई बसाउने गरिन्थ्यो । यस कारण आसैनिकलाई किड अफ प्यायजन वा किड्स प्यायजन पनि भनिन्छ ।

आसैनिकको एक्युट, सबैक्युट, असाधारण र क्रोनिक खालका प्यायजनिड हुन्छन् । पहिले आउनुसु एक्युट, सबैक्युट र असाधारण



प्यायजनिडको वर्णनमा:

एक्युट प्यायजनिडमा आधा घण्टाभित्र यसको असर देखा पर्छ । यदि आसैनिक गुदा वा योनि वा छालामा दिएको छ भने असर ढिलो गरी पनि देखिन सक्छ । त्यस्तै, पेट भरिएको छ भने पनि असर ढिलोले हुन्छ । यसले सन्फाइल एन्जाइम सिस्टमलाई रोकिदिन्छ, जो सेल मेटाबोलिज्मको लागि जरुरी हुन्छ । आसैनिक एक शक्तिशाली कैपिलरी विष हो, जसले जहाँको पनि कैपिलरीलाई फैलाइदिन्छ र अनेक लक्षणको कारण बन्छ । रोगीलाई पहिले मूत्राजस्तो महसूस हुन्छ । फेरि डिप्रेसन र वाकवाकी हुन्छ । त्यसपछि रोगीले घाँटी र पेटमा तीव्र जलन र सड्कुकुन महसूस गर्छ, जो दबाव दिए बढ्छ । अत्यधिक ग्याल आउने र स्टेमेटाइटिस अथवा मुखमा घाउ देखिन्छ । तीव्र प्यास र प्रोजेक्टाइल भोमिटिड यसको खास लक्षण हुन्, जसमा पहिले त खाना देखिन्छ तर पछि प्रचुर म्युसक र ब्लडस्पट देखिन्छ । बान्ताको रङ्ग पहेंलो, हरियो वा नीलो हुन्छ । यसमा हैजाजस्तै पखाला चल्छ र चिकित्सकले हैजा नै भएको भूल पनि गर्छन् । तर हैजामा चौलानीजस्तो विनादुखाइ पखाला चल्छ । आसैनिकमा

पखाला रङ्गीन हुन्छ र त्यसमा रगत देखिन्छ, तल पेटमा मरोड र दुखाइ तथा गुदाको अगलबगल चिलाउने वा बिसबिसाहट हुन्छ । पिसाब धेरै कम र गर्ने बेला दुख्छ तथा त्यसमा अल्बुमिन र आरबिसी देखिन्छ । पखालाको साथै कफ र अन्य मांसपेशीमा धेरै एँउन र दुखाइ हुन्छ । रोगी बेचैन भएर निजलीयता भएर कोलेपसमा जान्छ, छाला चीसो, अनुहार चिन्तित र पहिले पहेंलो र पछि सायनोज्ड हुन्छ । आँखा धसेको, नाडी

बिसबिसाहट हुन्छ । पिसाब धेरै कम र गर्ने बेला दुख्छ तथा त्यसमा अल्बुमिन र आरबिसी देखिन्छ । पखालाको साथै कफ र अन्य मांसपेशीमा धेरै एँउन र दुखाइ हुन्छ । रोगी बेचैन भएर निजलीयता भएर कोलेपसमा जान्छ, छाला चीसो, अनुहार चिन्तित र पहिले पहेंलो र पछि सायनोज्ड हुन्छ । आँखा धसेको, नाडी

अनियमित र श्वास लिनमा कठिनाइको साथै छटपटाहटको साथ मृत्यु हुन्छ । चेतना अन्तिम समयसम्म रहन्छ । जब धेरै बढी खुराक दिइन्छ, तब सकले लक्षण प्रकट नै नगरी सीधै मृत्यु नै हुन पुग्छ ।

तर यसको अर्को कोण पनि छ । जब आसैनिक बढी खुराकमा दिइन्छ, तब बान्ता हुन्छ र आमाशयले अवशोषित हुनुभन्दा पहिले नै अधिकांश विषलाई बाहिर फर्काकिदिन्छ र मृत्यु हुन पाउँदैन । पञ्जाबमा यस्ता अनेक घटना देखिएका थिए । ग्याँसको रूपमा जब आसैनिक श्वासमा जान्छ, तब फिँज भएको कफको साथै सास लिनमा कठिनाइ, साइनोसिस, बेचैनी र फोक्सोमा कडा सुजन गराउँछ । आँखामा आसैनिक परेपछि आँखा कडा रूपमा रातो हुन्छ र कोनियाको अल्सर गराएर धेरै खतरनाक स्थिति पैदा हुन्छ । नर्भस सिस्टममा असर कम देखिन्छ र मुख्यतः चक्कर र असजिलो महसूस हुन्छ तथा मांसपेशीमा दुखाइ हुन्छ । तत्पश्चात् मान्छे डेलिरियस भएर कोमामा जान्छ र होशमा आउनुभन्दा पहिले नै मृत्यु हुन पुग्छ । एक्युटभन्दा कम प्रभाव हुने आसैनिक विषाक्ततालाई सबैक्युट विषाक्तता भनिन्छ । यो स्थिति तब देखिन्छ, जब केही केही अन्तरालमा

आसैनिकको कम मात्रा दिएर 'स्तो प्यायजनिड' गराएर मृत्यु गराउने उद्देश्य हुन्छ । यस्तो लक्षण मन्दागिन, कफ, घाँटीमा सनसनाहट, बान्ता, रगतसहित पखाला चल्ने र मरोडयुक्त दुखाइ, दुर्गन्धित जिभ्रो, सुख्खा र रक्तरञ्जित घाँटी देखिन्छ । यसमा न्यूराइटिस उल्लेखनीय र प्रस्ट देखिन्छ । मांसपेशीमा कडा मरोड देखिन्छ, जो छुने बित्तिकै भयङ्कररूपले दुख्छ । रोगीमा अत्यधिक बेचैनी हुन्छ र सुत्न सक्दैन । अन्तमा मान्छे कोलेपसमा गई मृत्यु प्राप्त गर्छ । जुन रोगीले रिकभर गर्छ, त्यसमा क्रोनिक न्यूराइटिस बनिरहन्छ, जो अन्तमा पक्षघातको रूप लिन्छ । केही आसैनिकको विषाक्तता असाधारण किसिमका हुन्छन्, जसलाई आसैनिकल सिम्प्टम्स भनिन्छ ।

यसमा निम्नलिखित लक्षणहरू हुन्छन्: कन्भल्सन, लकजब अर्थात् जडदा नखुल्ने गरी बन्द हुने, मेनियाको चरित्र भएको बेलिरियम, शरीरको तापक्रम बढ्ने, ग्याल बाहिर आउने, निल्लमा कठिनाइ हुने, स्मरण र बोली खत्म हुने, कानमा घण्टी बज्ने, सिरदद, हेर्नमा असजिलो हुने, प्रकाश असह्य हुने, जोनीमा असहनीय दुखाइ हुने, मांसपेशी सुकदै जाने, पक्षघात हुने आदि । त्यस्तै, जब आसिनेटेड हाइड्रोजन सास द्वारा भित्र जान्छ, तब सीधै हेमोग्लोबिनमा असर गरेर हेमोलाइसिस गर्छ, जस कारण पिसाबमा रगत, पिलिया र रक्तअल्पता देखिन्छ । यसको अतिरिक्त मूत्र, चक्कर, कफकफी, ज्वरो, कडा सिरदद, वाकवाकी, बान्ता, पेटमा जलन र दुखाइ, मिर्गौलाका सूक्ष्म नली बन्द भई पिसाब नहुने, डाढमा दुखाइको साथै पिसाबमा कालो रातो रगत र अल्बुमिन आउने, दम फुल्ने, सायनोसिस र कोलेपस घटित हुन्छ । बेहोशी र डेलिरियम मृत्युपूर्व देखिन्छ, जो पल्मोनरी इडिमा वा एयुरियाको कारणले मुटुको गति बन्द हुनाले घटित हुन्छ । एक्सपोजरको १५ दिनपछि कलेजो र फियो बढेको हुन्छ र औलामा सेतो धर्का देखिन्छ, जसलाई सन् १९१९ पछि उच्च वैज्ञानिक मिजको नाममा मिजलाइन भनिन्छ ।

आसैनियस आक्साइडको मृत्युकारक खुराक २५ देखि १८० मिलिग्राम हो तर चारदेखि ६० ग्रामसम्ममा पनि रिकभरी भएको देखिएको छ । तर पनि यस्तो धेरै कम देखिएको छ । आसिनेटेड हाइड्रोजनको जब १:२००० पार्टको मिश्रणमा एक घण्टा सास लिइन्छ वा २.५:१००० पार्टमा सास लिएर आधा घण्टामा मृत्यु हुन्छ । आसैनिकको औसत मृत्यु हुने अवधि १२ देखि ४८ घण्टा हो तर अधिकांश दुईदेखि तीन घण्टामा नै हुने देखिएको छ । तर सबैक्युटमा केही सप्ताह पनि लाग्न सक्छ । क्रमशः

वृद्धावस्थाको ...

मनोरञ्जनको व्यवस्था गरिदिनु ।

तिनका इच्छा के छन् ? भनेर सोध्नु, परिवारका सदस्यहरूबाट भावनात्मक र मनोवैज्ञानिक सहायता प्रदान गर्नु, जसबाट अवसादको अवस्थामा नआओस् । यथाशक्य तिनका आर्थिक आवश्यकता पूर्ति गरिदिनु, आदर-भाव राख्नु, जसबाट तिनमा अनादर-बोध नहोओस् । परावलम्बनको बोध हुन नदिनु, वृद्धजन आफूहरूसँग बसेका छन् भन्ने बोधको साटो आफूहरू वृद्धजनसित बसेका छौं भन्ने बोध राख्नु । परिवारका वृद्धजनलाई एउटा समस्या नठानेर आफ्नो उत्तरदायित्व ठान्नु, मातापिता/वृद्धवृद्धा जीवनको एउटा अनमोल धरोहर रहेका कुरा आफ्ना सन्तानलाई सिकाउनु । आफूले आज वृद्धजनप्रति गर्ने व्यवहार जस्तै भोलि आफ्ना सन्ततिले पनि आफूहरूप्रति गर्ने कुरातर्फ सचेत हुनु । परिवारका वृद्धजनलाई अवज्ञा नगर्नु, वृद्धजनका विचार ध्यान दिएर सुन्नु तथा उनका अनुभवबाट शिक्षा प्राप्त गर्नु । वृद्धजनको हातमा रहेको धनका लागि मात्र उनको सेवा नगर्नु, अपितु आफ्ना कर्तव्यबोधका साथ उनीप्रति सच्चा सेवाभाव राख्नु ।

(घ) वृद्धवृद्धाका लागि केही सुझावः-

भनिन्छ कि जबसम्म मानसिक बल र सन्तुलन रहन्छ, तबसम्म मानिस वृद्धावस्थामा पुग्दैन । परन्तु शरीरले एउटा आयु पार गरेपछि व्यक्ति अशक्तितर्फ उन्मुख हुन्छ, जसलाई वृद्धावस्था भनिन्छ । वृद्धवृद्धाहरूले आफूलाई कुनै उद्देश्यका साथ सम्बन्धित राख्नु, आफूलाई कुनै कार्यमा व्यस्त गरिराख्नु तथा सामाजिक कार्यमा संलग्न गराइराख्नुपर्ने हुन्छ । समाजका अन्य व्यक्तिसित सम्पर्क हुँदा "म तपाईंको साथ छु" भन्ने आशय झल्काउनुपर्छ, जसबाट आफूलाई एकलोपनको बोध हुँदैन । यसरी नै छरछिमेकका परिवारहरूप्रति उदार भाव राख्नु, आफ्नो परम्परागत हठधर्मितालाई छाड्नु, परिवर्तनशील परिस्थितिलाई ध्यानमा राखेर आफ्नो उत्तरदायित्वलाई ठम्याउनुपर्छ । त्यस्तै, आफ्नो क्षमता अनुसार आफ्ना सन्ततिलाई सहयोग गर्नु जस्ता कार्यहरू गर्नुपर्छ, जसबाट अनुभवी वृद्धजन र कार्यशील युवापीढी, दुवै मिलेर समाजलाई नयाँ दिशातर्फ उन्मुख गराउन सक्न् । वृद्धजनले सकेसम्म आफ्ना आवश्यकतामा कमी गर्नु, परिस्थिति अनुरूप नम्र वचनको प्रयोग गर्नु,

परिवारका सदस्यहरूप्रति समान व्यवहार गर्नु, पारिवारिक कार्य, व्यवहारमा बढी हस्तक्षेप वा विरोध नगर्नु तथा सकेसम्म मौन धारण गर्नु राम्रो मानिन्छ । अर्कोतिर आध्यात्मिक कार्यक्रमहरूमा संलग्न रहनु, स्वावलम्बी बन्ने सतत् प्रयास गर्नु, वृद्धजनसित सम्बन्धित सङ्घसंस्थामा सहभागी हुनु, जुनसुकै परिस्थितिमा धैर्यवान् भएर बाँच्न सिक्नु, नयाँ-नयाँ कुरा सिक्ने गर्नु तथा युवापीढीका साथ समय व्यतीत गर्ने बानी बसाल्नु हितकर हुने मानिन्छ । यस्तो पनि भनिन्छ कि परिवारमा बस्दा वृद्धजनले रात्रिकालमा १० बजे भन्दा पहिले नै आफ्ना आवश्यकतालाई पूरा गरिहाल्नु एवं त्यसपछिको समयमा सकेसम्म सन्तान (छोरा-छोरी, बहारी आदि)लाई अति आवश्यक परिआएबाहेक नबोलाउनु । यसरी नै, यथाशक्ति आफ्नो वृद्धावस्था आउनुभन्दा पहिले नै केही निश्चित धनराशि बैकमा जम्मा गरिराख्नु, जसले पछि अर्थाभावको समस्या नआओस् तथा आफ्नो शेषपछि मात्र सन्तानले पाउने गरी केही अचल सम्पत्ति (यदि रहेछ भने) राखिराख्नु, जसले गर्दा सम्पत्तिको लोभले पनि सन्तानले हेरचाह गरोस् । यथाशक्ति पुस्तक पढ्ने बानी बसाल्नु,

आफ्नो निजी दैनिकी (डायरी) लेख्ने गर्नु, कुटुम्ब परिवार तथा सम्बन्धीहरूसित सम्पर्क कायम राख्ने गर्नु, आफ्नो अभिरचिलाई विस्तार गर्नु, आफ्नो स्वभावलाई हँसिलो राख्नु, सकेसम्म बेकार नबस्नु, केही न केही सकारात्मक क्रियाकलापमा संलग्न भइराख्नु, एउटा निश्चित दिनचर्यामा आफूलाई कायम राख्ने गर्नु इत्यादि कार्यले पनि वृद्धजनको जीवनलाई सहज तुल्याउन सहयोग गर्ने भनिएको पाइन्छ ।

उपसंहारः- यो आलेख एउटा सामान्य सर्वेक्षण-अध्ययनको आधारमा तयार गरिएको हो । प्रस्तुत आलेखमा व्यक्त विचारहरूका विषयमा देशगत, समाजगत र जातिगत आधारमा फरकफरक मान्यता र व्याख्या हुन सक्छन् । व्यक्ति-व्यक्तिको आफ्नै फरक व्यक्तित्व हुन्छ । अतः उसको विचार, उसका समस्या र अवस्था पनि फरक नै हुन्छन् । प्रत्येक व्यक्तिको अनुभव विशिष्ट नै हुन्छ, यसरी प्रत्येक व्यक्तिको अनुभवको आधारमा स्वतन्त्र पुस्तक लेख्न सकिन्छ ।

वृद्धावस्था स्वयम् एउटा अनिवार्य रोग हो, जसको कुनै उपचार हुँदैन । (बाँकी पाँचौं पातामा)

क्रमशः

अन्तर्राष्ट्रिय समाचार

गाजावासीलाई स्वास्थ्य सेवाको चरम आवश्यकता

गाजा, १४ असार / सिन्धुवा
गाजापट्टीको प्यालेस्टिनी तटीय क्षेत्रमा स्वास्थ्य अवस्था बिग्रँदै गएकोले त्यहाँका बासिन्दालाई स्वास्थ्य सेवाको चरम आवश्यकता रहेको संयुक्त राष्ट्रसङ्घ शरणार्थी निकायले जनाएको छ।

प्यालेस्टाइन शरणार्थीहरूका लागि संयुक्त राष्ट्रसङ्घीय राहत र कार्य निकाय (युएनआरडब्ल्यूए)ले सामाजिक सञ्जाल एक्समा गाजामा थोरै सङ्ख्यामा युएनआरडब्ल्यूए स्वास्थ्य केन्द्र मात्र सञ्चालनमा रहेको बताएको छ।

मध्य गाजाको मुसिरातमा टोलीहरूले स्थानीय परिवारको सेवा गर्न जारी राखे पनि औषधि र इन्धनको गम्भीर अभावले जीवनरक्षाको कार्यमा बाधा पुगेको छ। युएनआरडब्ल्यूएले गाजामा प्यालेस्टिनीलाई फोहोर र ढलले घेरिएको जनाएको छ। "भीडभाड भएको आश्रय, खाना, पानी र इन्धनको अभाव, चिकित्सा आपूर्तिमा न्यूनतम पहुँच र गर्मीका कारण स्वास्थ्य अवस्था बिग्रँदै गएको छ," युएनआरडब्ल्यूएले उल्लेख गरेको छ।



तस्वीर: एजेन्सी

बालबालिका बिहीवार विदेश उपचारका लागि केरेम सालोम हुँदै गाजाबाट निस्किए। मे महीनाको शुरूमा रफाह सीमाबाट आवतजावत बन्द भएपछि गाजापट्टीमा रहेका बिरामीहरूले पहिलोपटक गाजा छोडेको स्वास्थ्य अधिकारीहरूले बताए।

बिरामीहरू बाहिर निस्कन गाह्रो र जटिल भएकाले रफाह सीमापारको विकल्प नभएको गाजा क्षेत्रका अस्पतालहरूका महानिर्देशक मोहम्मद जकाउटले पत्रकार सम्मेलनमा उल्लेख गरे।

इजरायलले सन् २०२३ अक्टोबर ७ मा दक्षिणी इजरायली सीमामा हमाले गरेको हिसाविरुद्ध बदला लिन गाजापट्टीमा हमलासिरुद्ध ठूलो मात्रामा आक्रमण गरिरहेको छ।

आक्रमणका कारण इजरायलमा करीब एक हजार दुई सय मानिस मारिएका थिए र २५० भन्दा बढी मानिसलाई बन्धक बनाइएको थियो। इजरायल प्यालेस्टिनी भूमिमा मृत्यु भएका व्यक्तिको सङ्ख्या ३७ हजार ७८१ पुगेको गाजास्थित स्वास्थ्य अधिकारीले बताएका छन्। रासस

इरानमा राष्ट्रपतीय निर्वाचनका लागि मतदान शुरू

तेहरान, १४ असार / एएफपी
इरानमा गत महीना हेलिकप्टर दुर्घटनामा दिवङ्गत भएका राष्ट्रपति इब्राहिम रायसीको स्थानमा नयाँ नेतृत्व चयनका लागि शुक्रवार बिहानैदेखि मतदान शुरू भएको छ।

स्थानीय समय अनुसार बिहान ८ बजे देशभरका ५८ हजार ६४० मतदान केन्द्रमा मतदान शुरू भएको हो। मतदान केन्द्रहरू १० घण्टाका लागि खुला रहनेछन्, यद्यपि अधिकारीहरूले विगतका चुनावहरूमा जस्तै मतदाताको चाप हेरेर मतदानको समय बढाउन सक्नेछन्।

शनिवार बिहानसम्ममा प्रारम्भिक र आइतवारसम्ममा औपचारिक नतीजा आउने अनुमान गरिएको छ।

मतदानमा करीब छ करोड १० लाख इरानी नागरिक मतदानका लागि योग्य रहेका छन्।

सुधारवादी नेता ६९ वर्षीय मसूद पेजेसकियान विभाजित कन्जरभेटिभ खेमाविरुद्ध सशक्त देखिएका छन्। उम्मेदवारहरूको जाँच गर्ने गार्जियन काउन्सिलले उनलाई सभामुख मोहम्मद बघेर गालिबाफ र पूर्व आणविक वार्ताकार सद्दद जलिलीको प्रभुत्व रहेको कन्जरभेटिभको क्षेत्रविरुद्ध लड्न अनुमति दिएको थियो।

तेहरानका मेजर अलिरेजा जकानी र रायसीका पूर्वउपराष्ट्रपति अमिर होसेन गाजिजादेह हाशेमिले पनि कट्टरपन्थी सङ्गठनबाट राजीनामा दिएपछि धर्मगुरु

मुस्तफा पोरमोहम्मदी पनि विवादमा तानिएका छन्।

इरानका सर्वोच्च नेता अयातुल्लाह अली खामेनीले मतदान शुरू भएलगत्तै मतदान गरेका छन्। "निर्वाचनको दिन हामी इरानीका लागि हर्ष र खुशीको दिन हो," उनले टेलिभिजनमा सम्बोधन गर्दै भने। उनले भने, "हामी हाम्रा प्रियजनहरूलाई मतदानको मुद्दालाई गम्भीरतापूर्वक लिन र भाग लिन प्रोत्साहित गर्छौं।"

प्रतिबन्धको चपेटामा परेको इरानमा इस्लामिक गणतन्त्र र यसका कट्टर प्रतिद्वन्द्वी इजरायल र संयुक्त राज्य अमेरिकाबीच गाजा युद्ध जारी रहँदा उच्च क्षेत्रीय तनाव भइरहेका बेला निर्वाचन हुन लागेको हो। यदि कुनै पनि उम्मेदवारले ५० प्रतिशत मत प्राप्त गरेनन् भने जुलाई ५ मा दोस्रो चरणको मतदान हुनेछ। सन् २००५ को मतदानपछि इरानी चुनावी इतिहासमा दोस्रोपटक मतदान भएको छैन।

केही समय अधिसम्म सापेक्षिकरूपमा अनिश्चित रहेको पेजेसकियानको उम्मेदवारीले रूढिवादी र अतिरूढिवादी खेमाहरूको वर्षौंको प्रभुत्वपछि इरानको सुधारवादी पक्षका लागि आशाहरू पुनर्जीवित गरेका छन्।

इरानका अन्तिम सुधारवादी राष्ट्रपति मोहम्मद खातामीले उनलाई

'इमानदार, निष्पक्ष र मायालु' व्यक्तिका रूपमा प्रशंसा गरेका छन्।

सन् १९९७ देखि २००५ सम्म काम गरेका खातामीले उदारवादी हसन रौहानीलाई पनि समर्थन गरेका थिए। उनको समर्थनका कारण रौहानीले राष्ट्रपतिको निर्वाचनमा विजय हासिल गरेका थिए। रौहानीले सन् २०१५ मा शक्तिराष्ट्रसँग भएको इरानको आणविक सम्झौतामा हस्ताक्षर गरेका थिए। रासस

दाबी माइकमार्फत गँदै विभिन्न किसिमका औषधि बेचिरहँदा पनि सरोकारवाला मौन रहेको स्थानीयले बताएका छन्।

यस प्रकारका गतिविधि गर्दा

साढे तिन ...

सेवा गर्नु परोपकारको काम भएको बताए। उनले कपडा बैंकले हुनेलाई दिन र नहुनेलाई लिएर जाने व्यवस्था गरेकोमा प्रशंसा पनि गरे।

बैंकको कारण धेरैले लुगा लगाउन पाएर गर्जो टरेको बताए।

आँप ...

उद्योगी/व्यवसायी, विभिन्न विद्यालयका शिक्षक तथा विद्यार्थी, व्यापारी र जनप्रतिनिधिबीच कुराकानी गर्ने सबै किसानले रामविलास महतोका कुरा दोहोर्याएका छन्।

"उत्पादनको पकेट क्षेत्रमै मेला महोत्सव गरेर तपाईंहरूलाई आफ्नो व्यथा सुनाउन चाहेका हौं," ६५ वर्षीय किसान रामगुलाम महतोले भने, "हाम्रो मर्का सबैले सुन्ने, बुझ्ने गरी खबर बनाइदिनुस्।" आँप धमाधम पाकन थालेपछि तत्काल बजार पुर्‍याउन नसकेरूखबाट झरेर सड्छन्। त्यसैले केही दिन आँप थन्क्याएर पछि भाउ पाउने गरी बेचन चिस्यानघर जहरी भएको रामगुलामको भनाइ छ। चिस्यानघरको प्रबन्ध भए नकै राहत हुने महोत्सवमा आँप उत्पादक किसानले बताएका छन्। मेलाको आयोजना नै यहाँको आँप बगैँचा देखाउन, आँपको स्वाद चखाउन,

उनीहरूले सम्बन्धित निकायसँग स्वीकृति लिएका हुँदैनन्।

गाउँघर तथा शहर बजारमा अवैध किसिमले सञ्चालित यस्ता टेन्ट क्लिनिकले सर्वसाधारण व्यक्तिलाई ठगी

वीरगंज कपडा बैंकका अध्यक्ष लालबाबू सिंह र अमर चोक सुधार समितिका अध्यक्ष सञ्जय पटेलको संयुक्त अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा प्रकाश उपाध्याय, सञ्जु दाहाल, हुकुम सिंह राजपूत, सत्यम खड्गी, कन्हैया पटेल,

होटल व्यवसायी र व्यापारीलाई यहाँको आँपबाट आकर्षित गराउन र आँप पकेट क्षेत्रको प्रचारप्रसार गराउनु रहेको आँप मेला आयोजक समितिका संयोजक फूलगोन मगहीले स्पष्ट पारे।

"आजको महोत्सव आँप बेच्ने उद्देश्यले आयोजना गरिएको होइन, पाहुनालाई यहाँका बगैँचा देखाउन र यहाँका थरीथरीका आँप चखाउन आयोजना गरिएको हो," मगहीले महोत्सव आयोजनाबारे स्पष्ट पार्दै भने।

महोत्सवमा महोत्तरी र धनुषाका विभिन्न भेगका विद्यालयका शिक्षक तथा विद्यार्थीहरू पनि सहभागी भए। एक दिने महोत्सवले आँपका पारखीहरूको चासो बढाउने बटेस्वर-१ का अध्यक्ष

वृद्धावस्थाको ...

आजका युवापीढी भोलि वृद्धावस्थामा हुनेछन्, त्यसरी नै, जसरी कि आजका वृद्धावस्थाका व्यक्ति हिजो युवा थिए। आज युवापीढीले वृद्धजनलाई बुझ्नु आवश्यक छ, त्यतिकै नै वृद्धजनले पनि युवापीढीलाई बुझ्न आवश्यक छ। युवापीढीका वृद्धजनप्रति कर्तव्य छन् भने वृद्धजनका पनि युवापीढी प्रति कर्तव्य छन्। यसका साथै यी दुवैका समाज र राष्ट्रप्रति कर्तव्य छन् भने समाज र राष्ट्रका पनि यी दुवैप्रति कर्तव्य छन्।

अर्थप्रधान कलियुगमा प्रायः आर्थिक आधारमा नै साना-ठूला तथा गण्यमान्य शब्दहरूलाई पारिभाषित गर्ने गरिन्छ। अर्थको बलमा धेरै कुरा गर्न सकिन्छ। पूर्वीय दर्शनले भन्छ कि मनुष्यले कर्म

गरिरहँदा पनि प्रहरी प्रशासन हेरेर पनि मौन बस्ने गरेका छन्।

ग्यारेन्टीका साथ उपचार गर्ने भन्दै सर्वसाधारणलाई कमसल औषधि दिएर ठगी गरिरहेको स्थानीयले बताएका छन्।

मनोज मिश्र, अजय यादव, दीपेन्द्र श्रेष्ठ, शेखर चौधरीलगायतको सहभागिता थियो।

कार्यक्रममा टोल सुधार समितिका सल्लाहकार जुलुम खड्गीले स्वागत र चन्द्रकिशोर रामले सहजीकरण गरेका थिए।

अशोककुमार महतो बताउँछन्।

असार १५ पर्वको एक दिनअघि आयोजित महोत्सवले यहाँ आँप खोज्न आउने बढ्छन् भने किसानको अपेक्षा छ। यहाँ उत्पादित आँप नजीकको ढल्केबर, बर्दिबास, भङ्गाहा र महेन्द्रनगरका बजारसम्म पुर्‍याएर बेच्ने गरिएको स्थानीय किसान रामउद्गार महतोले बताए। आँपको आवश्यक प्रचारप्रसार हुन सके यहाँको उत्पादनको बजारीकरणका लागि सहयोग पुग्ने अपेक्षा गरिएको मधेश प्रदेशसभा सदस्य शारदा पहाडीले बताइन्। आफूले यहाँका किसानका गुनासा प्रदेश सरकारका मुख्यमन्त्री, कृषिमन्त्री र प्रदेशसभासम्म पुर्‍याउने पहाडीले प्रतिबद्धता जनाइन्।

अनुसारको फल भोग्नुपर्छ। समयको प्रवाहलाई रोक्न सकिँदैन, यसलाई परिवर्तित पनि गर्न सकिँदैन। श्रीमद्भगवतगीता, अध्याय तीन, श्लोक सङ्ख्या ३५ मा लेखिएको छ, "स्वधर्मो निधनं श्रेयः परधर्मो भयावहः"। यसको एउटा अर्थ यस्तो पनि गरिन्छ कि धर्म अर्थात् स्वभाव, प्रकृति, कर्तव्य। यिनको प्रतिकूल गएमा भयावह स्थितिको सामना गर्नुपर्छ। जसमाथि आफ्नो नियन्त्रण छैन, त्यसलाई ईश्वरमाथि छाडिदिनु नै बेस। हामीले प्रतिकार होइन, स्वीकार गर्न सिकाउं। आशा गरौं, आउने समय राम्रो हुनेछ।

सर्वे भवन्तु सुखिनः सर्वे सन्तु निरामयाः।

सर्वे भद्राणि पश्यन्तु मा कश्चिद्दुःखभाग्भवेत् ॥

आजको राशिफल			
मेस	धनलाभ	कुम्भ	धनलाभ
खर्चवृद्धि	धनलाभ	मिथुन	पक्कट
सफलता	अनसल	सिंह	कन्या
रोगभय	व्यापारवृद्धि	तुला	वृश्चिक
शुभभय	चोरभय	धनु	मकर
भयचिन्ता	निष्कमिलन	मेष	मीन
कान्तिफल	सुख	ज्योतिषी पं. छविमान सुवेदी, सि.सं.भा.वि.कटैया	

साना किसान कृषि सहकारी संस्था लि. को ऋण तिर्ने बुझाउनेसम्बन्धी ३५ दिने सुचना

यस साना किसान कृषि सहकारी संस्था लि. वीरगंज मनापा-२७ उदयपुर घुर्मी, पसाबाट विभिन्न मिति तथा उद्देश्यमा ऋण लिई उक्त ऋणको तिर्नुपर्ने किस्ता र ब्याज नतिरी ऋणको भाखा नघाएका तथा बाँकी ब्याज राखेका ऋणीहरूलाई संस्थाबाट पटकपटक लिखित तथा मौखिक तरताकेता गर्दासमेत आलटाल, बेवास्था तथा अटेरी गरी ऋणको भाखा नघाएको, ब्याज चुक्ता नबुझाएको, ऋण लिंदा गर्नुभएका शर्तहरू पालना नगरेको हुनाले तपसिलका ऋणी सदस्यहरूलाई ऋण तिर्ने बुझाउनेसम्बन्धी यो ३५ दिने सार्वजनिक सूचना प्रकाशन गरिएको छ। उक्त समयभित्र समेत तपाईंले तिर्ने बुझाउनुपर्ने ऋण नतिरे नबुझाएमा सहकारी ऐन २०७४, सहकारी नियमावली २०७४, संस्थाको विनियम तथा ऋणसम्बन्धी आन्तरिक कार्यविधि अनुसार ऋण लिंदा राख्नुभएको धितो जग्गा लिलाम बिक्री गरी असुलउप गरिने बेहोरा जानकारी गराइन्छ।

तपसिल						
नाम	पिता/पतिको नाम	बाजे/ससुरा	ठेगाना	बाँकी साँवा	बाँकी ब्याज	कुल बाँकी
जगनारायणप्रसाद यादव	अम्बिकाप्रसाद यादव	महन्य राउत अहिर	वीरगंज-२७ कूहडी	९,८९,००२/-	५,५९,०७१/-	१४,४८,०७३/-
धर्मेन्द्र कुमार साह	राजदेव साह गोठ	लालबहादुर साह गोठ	वीरगंज-२७ कूहडी	४,००,०००/-	५,९९,९६७/-	९,९९,९६७/-
गायत्री देवी	राजदेव साह गोठ	लालबहादुर साह गोठ	वीरगंज-२७ कूहडी	३,४४,२९६/-	४,२८,८३७/-	७,७३,१३३/-
शिवकुमारी देवी	जयराम हजरा	सखीचन हजरा	वीरगंज-२७ कूहडी	६,९६,७६४/-	४,२९,७९७/-	११,२६,५६१/-
सीतादेवी यादव	प्रभु यादव	रामानन्द राउत	वीरगंज-२७ घुर्मी	५,९४,८९५/-	३,६९,४७४/-	९,६४,३६९/-
ललितादेवी अहिरिन	धुरी राउत अहिर	रामसकल राउत अहिर	वीरगंज-२७ घुर्मी	६,८९,६९९/-	३,३३,३४०/-	१०,२३,०३९/-
चिन्ताकुमारी यादव	जगनारायणप्रसाद यादव	अम्बिकाप्रसाद यादव	वीरगंज-२७ कूहडी	५,००,०००/-	३,०७,६३७/-	८,०७,६३७/-
गजेन्द्र सिंह राजपूत	चन्द्रिका सिंह राजपूत	शिवमङ्गल सिंह	वीरगंज-२७ उदयपुर	२,८५,९००/-	२,८४,६९२/-	५,७०,५९२/-
प्रभा देवी	दशरथ महतो कोइरी	कुसुम महतो	वीरगंज-२७ जसौली	३,८९,७८४/-	२,४९,४९२/-	६,३९,२७६/-
छोटेला साह तेली	जङ्गी साह तेली	भोला सा तेली	वीरगंज-२७ कूहडी	१,९४,८७८/-	२,४०,२७७/-	४,३५,१५५/-
प्रभावती देवी	मोती हजरा	पहलाद हजरा	वीरगंज-२७ कूहडी	२,४९,९९९/-	२,९४,४५९/-	५,४४,४५८/-
बिन्दा राउत कुर्मी	रूपनारायण राउत कुर्मी	गोपी राउत	वीरगंज-२७ घुर्मी	६,६४,९४२/-	२,९२,५३०/-	९,५७,४७२/-
हरिन्द्र महतो कोइरी	अमल महतो कोइरी	भिखम महतो कोइरी	वीरगंज-२७ जसौली	३,९९,९३७/-	२,९२,०२९/-	६,९१,९६६/-
प्रमोदकुमार यादव	बाबुलाल राउत अहिर	सुरत राउत	वीरगंज-२७ कूहडी	२,४९,९८२/-	२,०२,५९२/-	४,५२,५७४/-
गङ्गिया देवी	जोखन साह गोठ	ठाकुर साह गोठ	वीरगंज-२७ कूहडी	३,४९,३६९/-	२,०९,३६९/-	५,५८,७३८/-
गीता देवी	कुबेर राउत	राजा राउत	वीरगंज-२७ घुर्मी	५,९७,२०४/-	१,९४,४७०/-	७,९१,६७४/-
रञ्जनकुमार सिंह	शिवमङ्गल सिंह	देवशरण सिंह राजपूत	वीरगंज-२७ उदयपुर	४,००,०००	१,९९,४०८/-	५,९९,४०८/-
गायत्री देवी	दिनानाथ प्र. यादव	होरिल राउत अहिर	वीरगंज-२७ घुर्मी	३,००,०००/-	१,८९,८०५/-	४,८९,८०५/-
प्रमिला देवी	दोलेन्द्रप्रसाद यादव	भगवान राउत अहिर	वीरगंज-२७ कूहडी	१,९९,८६८/-	१,६९,७५९/-	३,६९,६२७/-
तेतरीदेवी यादव	राजेश्वरप्रसाद यादव	चन्द्र राउत अहिर	वीरगंज-२७ घुर्मी	१,९९,९३७/-	१,६०,०६८/-	३,६०,००५/-
करिमनप्रसाद यादव	ताराचन राउत अहिर	खुबा राउत	वीरगंज-२७ घुर्मी	४,४३,९९२/-	१,४९,७८४/-	५,९३,७७६/-
कृपा देवी	रामविनेशप्रसाद यादव	चोकट राउत	वीरगंज-२७ घुर्मी	३,४९,९२३/-	१,४८,५७४/-	४,९८,४९७/-
छोटेलाप्रसाद कुर्मी	गिरधर राउत	खेलावन राउत	वीरगंज-२७ घुर्मी	२,८५,४४३/-	१,४५,३४९/-	४,३०,७९२/-
जग सा तेली	अमिरका साह तेली	भुना सा तेली	वीरगंज-२७ कूहडी	२,८७,४७४/-	१,३२,८३३/-	४,२०,३०७/-
दिपियादेवी अहिरिन	बुनी राउत	भागीरत राउत अहिर	वीरगंज-२७ घुर्मी	१,९८,५५२/-	१,३२,६४६/-	३,३१,१९८/-
शिवपूजन महतो	राधा महतो	डेवा महतो	वीरगंज-२७ कूहडी	२,८७,२३८/-	१,२८,६५२/-	४,१५,८९०/-
श्यामसुन्दर कुशवाहा	जगदीश महतो	चतुरी महतो	वीरगंज-२७ कूहडी	२,९९,९२२/-	१,९८,९५७/-	४,९८,८७९/-
विनोदप्रसाद यादव	उमेशप्रसाद यादव	रामेश्वरप्रसाद यादव	वीरगंज-२७ कूहडी	१,००,०००/-	१,०९,५०५/-	२,०९,५०५/-
मञ्जु देवी	मोतीलाल माझी	बद्री माझी	वीरगंज-२७ जसौली	३,२०,४२०/-	९३,०२९/-	४,१३,४४९/-
उमेशप्रसाद यादव	रामेश्वरप्रसाद यादव	दीपनारायण राउत	वीरगंज-२७ कूहडी	१,२७,९६७/-	५९,८६०/-	१,८७,८२७/-
देवपूजनप्रसाद यादव	महेश राउत	रामस्वरूप राउत	वीरगंज-२७ कूहडी	४३९,८६८/-	१९७,४२२/-	६३७,२९०/-
हरिओमकुमार पटेल	किसनाथ राउत	गिरधर राउत	वीरगंज-२७ घुर्मी	८४८,४८५/-	२९,७३७/-	८७८,२२२/-
प्रभु हजरा दसाद	विश्वनाथ हजरा	ठाकुर हजरा	वीरगंज-२७ कूहडी	१,४९,९२८/-	६७,४६३/-	२,१७,३९१/-
शारदादेवी तेली	उगमप्रसाद तेली	पहवारी साह तेली	वीरगंज-२७ उदयपुर	२,८५,६५८/-	१,२४,५६९/-	४,१०,२२७/-

साना किसान कृषि सहकारी संस्था लि. वीरगंज मनापा २७, उदयपुर घुर्मी, पसा

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

पश्चिमी ब्रान्च क्षेत्रमा गभर्नर अलेक्जान्डर बोगोमोभले एउटा मात्र डोन खसालिएको र यसको भग्नावशेषले 'प्रशासनिक भवनको छतलाई आशिकरूपमा नष्ट गरेको' बताए।

दुई वर्षभन्दा बढी समयदेखि रुसी आक्रमणको सामना गरिरहेको युक्रेनले आफ्नो क्षेत्रमा आक्रमणको प्रतिक्रियामा रुसी ऊर्जा र रक्षा स्थललाई लक्षित गरी नियमितरूपमा आक्रमणहरू शुरू गरेको छ। रासस



सर्लाहीको उत्तरी भेगमा हिजो रातिदेखि परेको वर्षाका कारण डुबान भएको छ। बाढीको कारण बागमती नगरपालिका र राजमार्ग डुबानमा परेको छ। तस्वीर: नितेश कर्ण/प्रतीक

स्वदेशमा नै सिर्जनशील उद्यम गर्न मुख्यमन्त्री सिंहको आग्रह

गोदार (धनुषा), १४ असार/रासस मधेस प्रदेशका मुख्यमन्त्री सतीशकुमार सिंहले जनकपुरधाम उपमहानगरपालिका-४ रामचोकस्थित नवनिर्मित राम व्यायामशाला भवनको उद्घाटन गरेका छन्। भौतिक पूर्वाधार

विकास मन्त्रालयद्वारा रु २५ लाखको लागतमा व्यायामशाला निर्माण भएको श्रीराम युवा कमिटीका अध्यक्ष परमेश्वर साहले जानकारी दिए। कार्यक्रममा मुख्यमन्त्री सिंहले मधेस प्रदेश सरकारले युवामैत्री बजेट ल्याएको

जानकारी दिँदै स्वदेशमा नै सिर्जनशील उद्यम गर्न युवाहरूलाई आग्रह गरे। उनले



खानपान र जीवनशैलीमा आएको परिवर्तनले व्यक्तिमा विभिन्न प्रकारका दीर्घरोग बढिरहेको अवस्थामा स्वस्थ जीवनयापन गर्न नियमित शारीरिक अभ्यासमा व्यायामशालाले उत्प्रेरित गर्ने बताए। 'मेरो स्वास्थ्य मेरो जिम्मेवारी' नाराका साथ हरेक पालिकासँगको समन्वयमा नागरिक आरोग्य केन्द्र स्थापना गरी 'स्वस्थ नागरिक समृद्ध प्रदेश' अभियानसमेत सञ्चालन गरिने उनले बताए।

मुख्यमन्त्री सिंहले असार २१ गते विश्वासको मत लिने

जनकपुर, १४ असार/रासस मधेस प्रदेशका मुख्यमन्त्री सतीशकुमार सिंहले यही असार २१ गते विश्वासको मत लिने भएका छन्। मुख्यमन्त्री तथा मन्त्रपरिषदको कार्यालयका अनुसार सिंहले यही २१ गते विश्वासको मत लिने तय भएको हो।

सविधानको धारा १६८ (४) अनुसार मुख्यमन्त्री नियुक्त भएको ३० दिनभित्र विश्वासको मत लिनुपर्ने व्यवस्था छ। त्यस अनुसार मुख्यमन्त्री सिंहले २२ गतेभित्र सदनबाट विश्वासको मत लिइसक्नुपर्नेछ।

तत्कालीन मुख्यमन्त्री सरोजकुमार यादवले प्रदेशसभाबाट बहुमत प्राप्त नगरेपछि जनमत पार्टीका सिंह बहुमत सदस्यको समर्थनमा मुख्यमन्त्री नियुक्त भएका थिए। उनलाई प्रदेश प्रमुख सुमित्रा सुवेदी भण्डारीले गत जेठ २५ गते मुख्यमन्त्रीमा नियुक्त गरेकी थिइन्।

मुख्यमन्त्री सिंहलाई एमाले, माओवादी, जनमत, एकीकृत समाजवादी, नागरिक उन्मुक्ति र नेपाल सङ्घीय समाजवादी पार्टीका गरी ५५ जना प्रदेशसभा सदस्यले समर्थन गरेका छन्।

चट्याङले लागेर महिलाको मृत्यु

प्रस, सर्लाही, १४ असार/ चट्याङले लागेर बागमती नगरपालिका-१ मिलनचोककी ६२ वर्षीया गोमा आलेको मृत्यु भएको छ।

शुक्रवार बिहान खेतमा काम गरिरहेकी आले चट्याङले लागेर गम्भीर घाइते भएकी उनको बागमती बजारमा प्राथमिक उपचारपछि नारायणी अस्पताल ल्याइएको र त्यहाँ उनलाई मृत घोषित गरिएको प्रहरीले जनाएको छ।

खेलकूदको संसार

टी-२० विश्वकप: भारत फाइनलमा प्रवेश

काठमाडौं, १४ असार/रासस

इङ्ल्यान्डलाई पराजित गर्दै भारत आइसिसी टी-२० विश्वकप २०२४ को फाइनलमा प्रवेश गरेको छ।

गुयनामा गएराति सम्पन्न दोस्रो सेमिफाइनल खेलमा इङ्ल्यान्डलाई ६८ रनले हराउँदै भारत विश्वकपको फाइनलमा पुगेको हो। यससँगै अब भारतले उपाधिका लागि दक्षिण अफ्रिकासँग खेल्नेछ। फाइनल खेल भने भोलि राति हुनेछ। यसअघि भएको पहिलो सेमिफाइनल खेलमा दक्षिण अफ्रिकाले अफगानिस्तानलाई नौ विकेटले हराउँदै विश्वकपको फाइनलमा पुगेको हो।

अन्तर्राष्ट्रिय सञ्चारमाध्यमहरूका अनुसार खेलमा टस हारेर पहिला ब्याटिङ गरेको भारतले निर्धारित २० ओभरमा सात विकेट गुमाउँदै १७२ रनको लक्ष्य प्रस्तुत गरेको थियो। जवाफमा इङ्ल्यान्ड १६ दशमलव चार ओभरमा सबै विकेट गुमाउँदै १०३ रनमा समेटिएको थियो।

इङ्ल्यान्डका लागि हस्पारी ब्रुकले १९ बलमा सर्वाधिक २५ रन बनाएका छन्। त्यस्तै, कप्तान जस बटलरले १५ बलमा २३ रन जोडे। जोफ्रा अर्चरले २१ रन बनाए। बलिडतर्फ भारतका कुलदीप यादव र अक्षर पटेलले समान तीन/तीन विकेट लिए भने जसप्रीत बुमराहले एक विकेट झारे।

भारतको इनिङ्समा कप्तान रोहितले शर्मासँग सर्वाधिक ५७ रनको योगदान दिए। उनले ३९ बलमा छ चौका र दुई छक्कासहित सर्वाधिक ५७ रन बनाएका थिए। त्यसैगरी, सूर्यकुमार यादवले ४७, हार्दिक पाण्ड्याले २३ र रवीन्द्र जडेजाले १७ रन जोडे। इङ्ल्यान्डका लागि क्रिस जोर्डनले सर्वाधिक तीन विकेट लिएका थिए।

मुख्यमन्त्री कप टी-२० क्रिकेटको उपाधि सुर्खेतलाई

सुर्खेत, १४ असार/रासस

वीरेन्द्रनगरमा सम्पन्न मुख्यमन्त्री कप टी-२० क्रिकेटको उपाधि सुर्खेतले जितेको छ। कालुडचोक क्रिकेट मैदानमा शुक्रवार भएको फाइनलमा रुकुम पश्चिमलाई १५ रनले हराउँदै सुर्खेतले उपाधि जितेको हो।

१३२ रनको लक्ष्य पाएको रुकुम पश्चिमले निर्धारित २० ओभरमा ११६ रन मात्र बनाउन सकेको थियो। पहिला ब्याटिङ गरेको सुर्खेतले २० ओभरमा आठ विकेट गुमाएर १३१ रन बनाएको थियो। घरेलु टोलीका लागि कप्तान विपिन रावलले ४८ रनको योगदान दिए।

प्रतियोगिताको उपाधिसँगै सुर्खेतले रु एक लाख एक हजार नगद प्राप्त गरेको छ भने उपविजेता रुकुमपश्चिमले रु ५१ हजार पाएको छ। कर्णाली प्रदेश खेलकूद विकास परिषदको सहयोगमा कर्णाली प्रादेशिक क्रिकेट सङ्घले आयोजना गरेको प्रतियोगितामा प्रदेशका सातवटा जिल्लाले भाग लिएका थिए।

बगैँचामा बसेर खानपिन गर्नेहरूको भीड



राधेश्याम पटेल, परवानीपुर, १४ असार/पछिल्लो समय पसा र बारामा फरकफरक सेवासुविधासहितका होटल तथा रेस्टुराँहरू सञ्चालनमा ल्याउने उद्यमीहरू बढ्दैछन्। यस्तै, फरक वातावरण र स्वादमा बारामा मेरो अर्गानिक रिसोर्ट खुलेको छ। जीतपुरसिमरा उपमहानगरपालिका-४ घण्टीमाई टोलमा विगत छ महिनादेखि सञ्चालनमा रहेको सो रिसोर्टको परिकल्पना कटेज रेस्टुराँको रूपमा रहेको छ। एमाले नेताद्वय शिवजी गुप्ता र भावना आचार्यको रु ८० लाखको संयुक्त लगानीमा डेढ बिघा क्षेत्रफलमा सो रेस्टुराँ सञ्चालनमा आएको हो।

उक्त रेस्टुराँ मौलिक वातावरण

र स्थानीय अर्गानिक उत्पादनको लागि परिचित रहेको जीतपुरका व्यवसायी अनिल साह कलवारले बताए। उनले वीरगंज, कलैया, पथलैया, सिमराका ठूला होटलका वातानुकूलित कक्षमा ग्राहकहरूको उपस्थिति निकै घटेको छ, तर छुट्टै अवधारणामा सञ्चालित सो रेस्टुराँमा ग्राहकहरू बढेको बताए। आफू पनि साथीको सुझाव अनुसार एकपटक उक्त रेस्टुराँमा गएपछि हप्तेपिच्छे खाजा खान आउने गरेको बताए। त्यसैगरी, परवानीपुरका अलि अख्तरले पारिवारिक वातावरण रेस्टुराँ सञ्चालन हुँदा प्राकृतिक सुखका साथै खानपिन गर्न रमाइलो लाग्ने बताए।

रेस्टुराँ सञ्चालक गुप्ता एमाले

पर्सा जिल्ला कार्य समितिको लेखा समिति अध्यक्ष हुनु भने महिला उद्यमी आचार्य एमाले वाराको उपसचिव पदमा केही महिना अघि निर्वाचित भएकी हुन्।

रेस्टुराँ परिसरमा आँप, लिची, जामुन, साग, तरकारी, फलफूल उत्पादन हुने सिजन अनुसार तरकारी र फलफूल उपलब्ध गराउँदा ग्राहकहरूले रमाइलो मानेको सञ्चालकद्वयको भनाइ छ।

शुक्रवार, शनिवार र सार्वजनिक बिदाका दिन भीडभाड हुने रेस्टुराँमा करीब सयजना अटने सभाहल पनि छ। त्यसैगरी, २१ सय वर्गफिट क्षेत्रफलको स्वीमिङ पुल निर्माणाधीन छ। सो रेस्टुराँमा हालसम्म १० जनाले रोजगार पाएका छन्।

डेगीबाट कसरी बच्ने ?

- बिहान, दिउँसो तथा साँझको समयमा लामखुट्टेको टोकाईबाट डेगी लाग्न सक्दछ।
- लामखुट्टेबाट बच्न पूरै शरीर ढाक्ने लुगा लगाऔं।
- घर, कार्यस्थल र सार्वजनिक स्थानमा पानी जम्न नदिऔं।
- पानी राखेको भाँडालाई छोपेर राखौं।
- लामखुट्टे भगाउने उपाय अबलम्बन गरौं।
- लामखुट्टेको टोकाईबाट बच्ने मलम लगाऔं।
- घरभित्र लामखुट्टे छिर्न नसक्ने गरी झ्याल-ढोकामा जाली लगाऔं।
- सुत्ने बेलामा झुल लगाएर सुतौं।
- कुना-काप्चामा कीटनाशक औषधि छर्कने गरौं।
- कम्तीमा हप्ताको एक पटक एयर कुलर, पानी ट्याङ्की, फूलदानी, गमलामा राखिएका प्लेटहरू राम्ररी सफा गरौं।



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,

पाँच लाखसहित भारतीय पक्राउ

प्रस, वीरगंज, १४ असार/

जिल्ला प्रहरी कार्यालय, पर्साले स्रोत नखुलेको पाँच लाखसहित एकजना भारतीय नागरिकलाई पक्राउ गरेको जनाएको छ।

बिहीवार जगरनाथपुर गाउँपालिका-५ मसियानीबाट म.प्र.०३-०२६ प ५५९२ नम्बरको मोटरसाइकलमा सवार भारत, बिहार, पश्चिमी चम्पारणका सीतारामप्रसाद कुशवाहालाई पाँच लाख नगदसहित पक्राउ गरिएको जिप्रका,

तस्वीर: सौजन्य



पर्साका प्रवक्ता प्रहरी नायब उपरीक्षक दीपक भारतीले जनाएका छन्। पक्राउ परेका कुशवाहाविरुद्ध बैंक तथा वित्तीय

संस्थासम्बन्धी ऐन, २०७३ विरुद्धको कसूरमा थप अनुसन्धान भइरहेको जिप्रका, पर्साले जनाएको छ।