पानीसँग बगेको जीवन

(२)

रमाकान्त शर्मा

सिटी डेन्टल

आधुनिक प्रविधिबाट सञ्चालित यहाँ नयाँ प्रविधिबाट दाँत लगाउनुको साथै मुख तथा दाँतसम्बन्धी सम्पूर्ण उपचार गरिन्छ।

यसको शाखा मधुमल्लामा पनि खुलेको छ ।

दमक-६, झापा
फाल्गुनन्द चौक
फोन: ०२३-५७५४०९

जि.प्र.का.झापा द.नं.६९। ०५७।०५८

सत्यता, स्वतन्त्रता र निष्पक्षता हाम्रो प्रतिबद्धता

राष्ट्रिय दैनिक

पूर्वसन्देश

PURBA SANDESH NATIONAL DAILY

purbasandesh.com

अत्याधुनिक प्रविधिद्वारा उत्पादित

झापाली इटा

बजारमा

ठूलो साइजको ईटा उपलब्ध छ ।

सम्पर्कका लागि:
भगवान बस्नेत : ९८५२६७००३१
उद्योग सम्पर्क : ९८०१४०१४४२

❑ वर्ष-२१ ❑ अंक - १६३ ❑ २०८३ असार ०६ गते शनिबार ❑ Saturday, 20 June, 2026 ❑ मूल्य ७ /-

कृषि कर्जा र अनुदान प्रणालीमा गम्भीर असन्तुलन

दश वर्षे कृषि कर्जा छानविन हुने

पूर्वसन्देश समाचार

दमक/ कृषि कर्जा अनुदान प्रणालीमा गम्भिर असन्तुलन भएको नेपाल राष्ट्र बैकको हालै सार्वजनिक प्रदेशगत आर्थिक गतिविधिसम्बन्धी अध्ययनले देखाएको छ । कृषि अनुदानमा समेत अनियमितताको आशका बढेपछि सरकारले पनि १० वर्षका कृषि अनुदानका फाइलहरू छानविन गर्ने भएको छ । राष्ट्र बैंकको सार्वजनिक प्रदेशगत आर्थिक गतिविधिसम्बन्धी अध्ययन प्रतिवेदनले देशको वित्तीय प्रणालीभित्र देखिएको गम्भीर असन्तुलन र सम्भावित आर्थिक अनियमितताको चित्र उजागर गरेको हो । कुल कृषि कर्जाको झण्डै ३७ प्रतिशत हिस्सा बागमती प्रदेशमा मात्र केन्द्रित हुनु, उत्पादनमुखी र कृषिप्रधान प्रदेशहरु वित्तीय पहुँचबाट वञ्चित रहनु तथा अनुदान प्रणालीमाथि पटक-पटक उठ्दै आएका दुरूपयोगका आरोपले समग्र कृषि अर्थतन्त्रको पारदर्शितामाथि प्रश्न उठाएको छ ।

राष्ट्र बैंकका अनुसार २०८२ पुस मसान्तसम्म बैंक तथा वित्तीय संस्थाहरूले देशभर ३ खर्ब ३३ अर्ब ११ करोड रूपैयाँ कृषि कर्जा प्रवाह गरेका छन्। तर यसमध्ये १ खर्ब २२ अर्ब ८६ करोड रूपैयाँ अर्थात् ३६.८८ प्रतिशत कर्जा बागमती प्रदेशमा मात्र केन्द्रित छ। यसको विपरीत, देशकै प्रमुख कृषि उत्पादन क्षेत्र मानिने कोशी प्रदेशले ९ लाख ८९ हजार हेक्टर खेतीयोग्य जमिन भए पनि केवल ५५ अर्ब १७ करोड रूपैयाँ मात्र कृषि कर्जा प्राप्त गरेको छ।

यो असन्तुलन केवल तथ्यांकगत होइन, संरचनागत समस्या भएको विज्ञहरूको भनाइ छ। बैंकिङ प्रणाली वास्तविक उत्पादन केन्द्रभन्दा शहरी क्षेत्र र कर्पोरेट संरचनातर्फ झुकेको कारण यस्तो अवस्था आएको हो । कतिपय अवस्थामा कर्पोरेट कृषि फार्म र ठूला व्यावसायिक संस्थाहरूले मुख्य कार्यालय बागमतीमै राखेर कर्जा स्वीकृत गराउने अभ्यासले पनि कागजी रूपमा बागमती प्रदेशको कर्जा हिस्सा अस्वाभाविक रूपमा बढेको देखिन्छ ।

चालु आर्थिक वर्षमा अधिकांश प्रदेशमा कृषि कर्जा घटेको छ। कोशीमा ३ प्रतिशत, मधेशमा ५.७ प्रतिशत, गण्डकीमा ११ प्रतिशत, लुम्बिनीमा ३.७९ प्रतिशत, कर्णालीमा ५.०७ प्रतिशत र सुदूरपश्चिममा ४.४४ प्रतिशतले कर्जा घटेको देखिन्छ। तर बागमतीमा भने २.८ प्रतिशतले वृद्धि भएको छ। यसले ग्रामीण अर्थतन्त्र कमजोर बन्दै गएको र शहरी केन्द्रित वित्तीय संरचना अझ बलियो हुँदै गएको संकेत गर्छ।

आर्थिक अनियमितताका दृष्टान्तहरु नेपालमा नयाँ होइनन्। विगतका वर्षहरूमा कृषि तथा पशुपन्छी अनुदान वितरणमा व्यापक अनियमितता भएको, वास्तविक किसानभन्दा पहुँचवालाले बढी लाभ लिएको, तथा बिचौलियामार्फत अनुदान रकम हिनामिना भएको आरोप पटक-पटक सार्वजनिक भएका छन् । कतिपय जिल्लामा अनुदान पाएका संस्थाहरूले उत्पादन नै नगरी रकम दुरूपयोग गरेको र कागजी फार्ममार्फत् राज्य स्रोत दोहन गरिएको उदाहरणसमेत देखिएका छन्।

त्यस्तै, कृषि कर्जाको ठूलो हिस्सा पनि प्रभावकारी उत्पादनमा नजाने, बरू जग्गा कारोबार, गैरकृषि व्यवसाय वा जोखिमयुक्त लगानीमा प्रयोग हुने गरेको आरोप बैंकिङ क्षेत्रकै जानकारहरूले गर्दै आएका छन्। यही कारणले खराब कर्जाको उच्च हिस्सा कृषि क्षेत्रमा देखिएको राष्ट्र बैंककै तथ्यांकले पनि पुष्टि गर्छ।

कृषि क्षेत्रमा ब्याज अनुदान कार्यक्रम प्रभावकारी नहुनु, कर्जा असुलीमा समस्या बढ्नु, र अनुगमन प्रणाली कमजोर रहनुले बैंकहरु कृषि क्षेत्रमा लगानी गर्न हिच्किचाउने अवस्था सिर्जना गरेको छ। परिणामस्वरूप वास्तविक किसान वित्तीय पहुँचबाट अझै टाढा भइरहेका छन् भने ठूला र पहुँचयुक्त समूहहरु लाभान्वित

बाँकी ४ पेजमा ▸▸

चार अध्यादेश स्वीकृत

दमक/ सरकारले ल्याएका चार अध्यादेश प्रतिनिधिसभाले स्वीकृत गरेको छ । शुक्रबार बसेको प्रतिनिधिसभा बैठकले सार्वजनिक खरिद (दोस्रो संशोधन) अध्यादेश, सम्पत्ति शुद्धीकरण (मनि लाउन्डरिङ) अध्यादेश, सहकारी (पहिलो संशोधन) अध्यादेश र स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठानसम्बन्धी केही नेपाल ऐनलाई संशोधन गर्ने अध्यादेश स्वीकृत गरेको हो । चारवटै अध्यादेश अस्वीकार गरियोस् भन्ने प्रस्ताव अस्वीकृत भएपछि सम्बन्धित मन्त्रीले जवाफ दिएका थिए । त्यसपछि सभामुख डोलप्रसाद अर्यालले अध्यादेश निणयार्थ प्रस्तुत गरेका थिए ।

गत वैशाखमा संसद् अधिवेशन रोकेर सरकारले यी अध्यादेश ल्याएको थियो । वैशाख २८ गते संसद् अधिवेशन सुरु भएको पहिलो दिन ती अध्यादेश प्रतिनिधिसभा पेस भएका थिए ।

कक्षा १२ को परीक्षाफलमा ६४ प्रतिशत ग्रेडेड

दमक/ राष्ट्रिय परीक्षा बोर्डले कक्षा १२ को नतिजा सार्वजनिक गरेका छ । बोर्डका अनुसार नतिजामा ६४ दशमलव १३ प्रतिशत परीक्षार्थी वर्गीकृत (ग्रेडेड) भएका छन् ।

जसमध्ये नियमिततर्फ ६९ दशमलव ७५ र आंशिकतर्फ ४२ दशमलव ३८ प्रतिशत विद्यार्थी ग्रेडेड भएका हुन् ।

नियमिततर्फ यस वर्ष तीन लाख ३२ हजार दुई सय ४१ र आंशिकतर्फ ८५ हजार नौ सय २९ गरी कूल चार लाख १८ हजार एक सय ७९ परीक्षार्थी परीक्षामा सहभागी भएका थिए ।

तीमध्ये नियमिततर्फ दुई लाख ३१ हजार सात सय ७० र आंशिकतर्फ ३६ हजार चार सय २० जना गरी कूल दुई लाख ६८ हजार एक सय ९० परीक्षार्थीले सबै विषयमा ग्रेड प्राप्त गरेका छन् ।

मेची राजमार्गमा पहिरो

इलाम/वर्षायाम शुरू भएसँगै इलामका बाटाहरूमा पहिरो र हिलोको जोखिम बढ्दै गएको छ । बिहीबार मध्यान्हदेखि लगातार पानी परेसँगै मेची राजमार्गमा पहिरो खस्न थालेको छ । इलाम नगरपालिका-१० मा पर्ने राजदुवाली स्थित मेची राजमार्गमा पहिरो खसेसँगै सदरमुकाम जाने सडक जोखिममा परेको इलामका एसपी कुलदिप चन्दले बताए ।

उनले भने, 'लगातार वर्षाका कारण माइखोलाबाट सदरमुकाम आउने सड्क जोखिममा परेको छ ।' सड्क पूर्ण अवरूद्ध नभएपनि जोखिमयुक्त रहेको भन्दै प्रहरीले यात्रा गर्दा सचेतना अपनाउन आग्रह गरेको छ । राजदुवाली भन्ने स्थानमा यसअघि पनि पहिरो खस्ने गरेको थियो ।

हिमाविमा दन्तमुख सचेतना कार्यक्रम

शिक्षासँगै विद्यार्थीको स्वस्थ्य जोड

बाबुराम क्षेत्री

दमक/ शिक्षा केवल पाठ्यपुस्तकमा सीमित नहुने सन्देश दिँदै हिमालय माध्यमिक विद्यालय (हिमावि) ले चार हजारभन्दा बढी विद्यार्थीको स्वास्थ्य सुरक्षालाई केन्द्रमा राखेर निःशुल्क दन्त शिविर सञ्चालन गरेको छ । नेपाल स्काउटको ७५औं स्थापना दिवसको अवसरमा विद्यालय परिसरमा सुरू गरिएको शिविरले हजारौं विद्यार्थीको दाँत तथा मुख स्वास्थ्य परीक्षण, परामर्श र उपचारको अवसर प्रदान गरेको छ । विद्यालयको यो अभियानलाई विद्यार्थीको स्वास्थ्य अधिकार सुनिश्चित गर्ने तथा स्वस्थ विद्यार्थीमार्फत गुणस्तरीय शिक्षा प्रवर्द्धन गर्ने उदाहरणीय प्रयासका रूपमा हेरिएको छ ।

हिमालय रोभर/रेञ्जर स्काउट क्रिउ तथा हिमालय स्काउट ट्रुपको आयोजनामा सञ्चालन भएको शिविरमा पहिलो दिन कक्षा ५ सम्मका करिब ६ सय विद्यार्थीको दन्त परीक्षण गरिएको छ । विद्यालयले बाँकी सबै विद्यार्थीलाई पनि क्रमशः प्रत्येक शुक्रबार परीक्षण गर्दै सेवा उपलब्ध गराउने योजना बनाएको छ । यससँगै विद्यालयका चार हजारभन्दा बढी विद्यार्थी दन्त परीक्षणको दायरामा आउने भएका छन् ।

विद्यालयका प्रधानाध्यापक द्रोणबहादुर श्रेष्ठले विद्यार्थीको समग्र विकासका लागि स्वास्थ्यलाई पहिलो प्राथमिकतामा राख्नुपर्ने बताउँदै हिमाविले विगतदेखि नै विभिन्न स्वास्थ्यसम्बन्धी शिविर सञ्चालन गर्दै आएको जानकारी दिए । उनका अनुसार विद्यालयमा अध्ययनरत ठूलो संख्याका विद्यार्थीमध्ये धेरैले नियमित दन्त परीक्षण गर्ने अवसर पाएका हुँदैनन् । यस्ता शिविरले प्रारम्भिक अवस्थामै दाँतसम्बन्धी समस्या पहिचान गरी समयमै उपचारको बाटो खोल्ने विश्वास उनले व्यक्त गरे ।

बाँकी ४ पेजमा ▸▸

रवि विरूद्धको मुद्दा फिर्ता लिन अनुमति

दमक/ काठमाडौँ जिल्ला अदालतले राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टीका सभापति रवि लामिछानेविरूद्धको संगठित अपराधसम्बन्धी कसुरको मुद्धा फिर्ता लिन अनुमति दिएको छ ।

काठमाडौँ जिल्ला अदालत न्यायाधीश आत्मदेव जोशीको इजलासले लामिछानेको मागअनुसार संगठित अपराधको मुद्दा फिर्ता लिन आदेश दिएका हुन् । जोशीको इजलासले मुलुकी फौजदारी कार्यविधि संहिता, २०७४ को दफा ३६ बमोजिम लामिछानेसहितका प्रतिवादीहरूमाथि लगाइएको संगठित अपराधको अभियोग

हटाउन आदेश दिएको हो । उक्त इजलासले लामिछानेको सहकारी ठगीसम्बन्धी अभियोगलाई भने कायम राख्न भनेको छ । सुमन

बाँकी ४ पेजमा ▸▸

'मन्त्रीनिवासमा छापा मारेको छैन'- *प्रहरी*

दमक/ जिल्ला प्रहरी कार्यालय, मोरङले कोशी प्रदेशका आन्तरिक मामिला तथा कानुन मन्त्री इन्द्रमणि पराजुलीको निवासमा प्रहरीले छापा मारेको भनी विभिन्न सञ्चार माध्यममा प्रकाशित समाचारहरूको खण्डन गरेको छ ।

जिल्ला प्रहरी कार्यालय, मोरङले एक प्रेस विज्ञप्ति जारी गर्दै मन्त्री पराजुलीको निवासमा प्रहरीद्वारा कुनै पनि किसिमको खानतलासी वा छापा नमारिएको स्पष्ट पारेको हो । विज्ञप्तिमा उल्लेख भए अनुसार, मिति २०८३ असार ०१ गते पक्राउ पुर्जी जारी भई फरार रहेका एक प्रतिवादी विराटनगर महानगरपालिका स्थित पुष्पलाल चोक आसपासको क्षेत्रमा लुकीछिपी बसेको भन्ने विशेष सूचना प्रहरीलाई प्राप्त भएको थियो । सोही सूचनाका आधारमा फरार अभियुक्तको खोजतलासका लागि प्रहरी टोली उक्त क्षेत्रमा खटिएको थियो ।

खोजी कार्यकै सिलसिलामा प्रहरी टोली पुष्पलाल चोक क्षेत्रमा पुगेको र सोही क्षेत्रमा मन्त्री पराजुलीको निवास समेत रहेका कारण भ्रम सिर्जना हुन गएको प्रहरीले जनाएको छ । जिल्ला प्रहरी कार्यालय, मोरङका सूचना अधिकारी एवं प्रहरी नायब उपरीक्षक (प्र.ना.उ.) मकेन्द्र कुमार मिश्रद्वारा जारी विज्ञप्तिमा भनिएको छ, 'सोही एररयामा

बाँकी ४ पेजमा ▸▸

दुर्घटनामा दुईको मृत्यु, एक घाइते

__दमक/__ झापामा ट्याक्टरको ठक्करबाट मोटरसाइकलमा सवार दुई जनाको मृत्यु भएको छ । त्यस्तै, दुर्घटनामा एक जना घाइते भएकी छन् ।

कनकाई नगरपालिका-५ स्थित तुलसीवारीमा शुक्रबार दिउँसो सुरूङ्गाबाट झापा बजारतर्फ जाँदै गरेको मे ४ प ५८५ नम्बरको मोटरसाइकललाई खेत जोतेर सडकमा निस्कँदै गरेको मे १ त ७४०४ नम्बरको ट्याक्टरले ठक्कर दिएको थियो ।

दुर्घटनामा परी मोटरसाइकल चालक झापा गाउँपालिका- ३ बस्ने २० वर्षीय समिर अली र मोटरसाइकलमा सवार उनकी ५ वर्षीया भान्जी हाजिरा खातुनको मृत्यु भएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय झापाले जानकारी दिएको छ ।

प्रहरीका अनुसार दुर्घटनालगत्तै उनीहरूलाई उपचारका लागि कन्काई अस्पताल सुरूङ्गा पुर्‍याइएको भए पनि चिकित्सकले जाँच गर्नासाथ मृत घोषणा गरेका थिए ।

सोही दुर्घटनामा मोटरसाइकलको पछाडि सवार समिरकी आमा ४५ वर्षीया नुरेश सादेवी गम्भीर घाइते अवस्थामा रहेको बताइएको छ । उनलाई कन्काई अस्पतालमा प्रारम्भिक उपचारपछि थप उपचारका लागि बिर्तामोडस्थित बीएण्डसी अस्पताल पठाइएको प्रहरीले जनाएको छ ।

झापामा पानीमा डुबेर दुईको मृत्यु

दमक/ पानीमा डुबेर झापामा दुईजनाको मृत्यु भएको छ । मेचीनगर र गौरीगंजका एक- एक जना बृद्ध रहेका छन् । जिल्ला प्रहरी कार्यालय झापाका अनुसार विहिबार दिउँसो मेचीनगर नगरपालिका वडा नम्बर ७ इटाभट्टास्थित निर्माणाधीन एसियन हाइवेको किनारमा जमेको पानीमा डुबेर सोही ठाउँ. बस्ने ६० वर्षीय गणेश बस्नेतको मृत्यु भएको हो ।

यसैगरी गौरीगञ्ज गाउँपालिका २ बाहुन टोल बस्ने ६० वर्षीय रबि सोरेनको आफ्नै घरदेखि अन्दाजी ५० मिटर दक्षिणमा रहेको सडकको नालीको पानीमा डुवेर मृत अवस्थामा भेटिएको प्रहरीले जनाएको छ ।

चट्याङले गाई र सुँगुर मरे

इलाम/ वर्षासंगै परेको चट्याङले लागेर इलाममा दुईवटा चौपाया मरेका छन् ।

शुक्रवार बिहान ३ बजे वर्षासँगै परेको चट्याङले सन्दकपुर गाउँपालिका १ भित्ते बस्ने धनबहादुर राईको घरनजिकै गोठमा बाँधिराखेको एउटा गाई र सुँगुर खोरमा रहेको १ वटा सुँगुरको पाठा मरेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय इलामले जनाएको छ ।

सन्तुलित जनसंख्या: विकासको आधार

- **जनसंख्याको सन्तुलित विकासमा ध्यान दिऔं,**
- **जनसंख्या व्यवस्थापन सम्बन्धी सचेतना अभिवृद्धि गरौं,**
- **मातृ तथा शिशु स्वास्थ्य सेवामा पहुँच बढाऔं,**
- **किशोर-किशोरीको स्वास्थ्य र शिक्षालाई प्राथमिकता दिऔं,**
- **लैङ्गिक समानता र महिला सशक्तीकरणलाई प्रवर्द्धन गरौं,**
- **शिक्षा, स्वास्थ्य, क्षमता विकास र रोजगारीमा जोड दिऔं।**

स्वस्थ, शिक्षित र समृद्ध समाज निर्माणमा योगदान दिऔं।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

कर्मचारी आवश्यकता

तीन दशक अगाडिदेखि बीमा क्षेत्रमा अग्रणी सेवा पुर्‍याउँदै आएको नेशनल लाईफ इन्स्योरेन्स कम्पनी लिमिटेडको लागि निम्न लिखित योग्यता पुगेका इच्छुक उमेदवारको आवश्यक परेको हुँदा यो सूचना प्रकाशित भएको मितिले सात दिनभित्र आफ्नो पूर्ण व्यक्तिगत विवरण (वायोडाटा) सहितको निवेदनका लागि आह्वान गरिएको छ।

पद : **सहायक**
कार्य क्षेत्र : दमक
शैक्षिक योग्यता : स्नातक।
कम्प्यूटर : कम्प्यूटरमा दक्ष, नेपाली र अंग्रेजी टाईपिङ्ग अनिवार्य
अनुभव : जीवन बीमा व्यवसाय सम्बन्धि अनुभवी एवं स्थानिय व्यक्तिलाई विशेष ग्राहयता दिइने छ।
तलब भत्ता तथा अन्य सुविधाहरू : कम्पनीको नियमानुसार हुने।

पुनश्च : निवेदनमा सम्पर्क फोन नम्बर र पासपोर्ट साईजको फोटो अनिवार्य राख्न अनुरोध गरिन्छ। पर्न आएका निवेदनहरू मध्ये उपयुक्त छनौट गरिएका आवेदकहरुलाई मात्र अन्तरवार्ताका लागि बोलाइनेछ।

National Life
for a secure future....

शाखा कार्यालय दमक (फोन 023-575733/023-5732)

संस्मरण

सिक्किमको वाङ्मयिक विकास

डा. तुलसी भट्टराई

भानुभक्त आचार्यको जन्मजयन्ती असार २९ गते हामीकहाँ राज्य भरिनै सार्वजनिक विदा हुन्छ । गान्तोकमा भानुभक्तको पूर्णकदको प्रतिमासँगै अन्य चारै जिल्लाका विभिन्न क्षेत्रमा आधा दर्जन भन्दा बढि अर्धकदका मूर्तिहरु छन् । जातीय एकताका प्रतीक मानेका छौं भानुभक्तलाई । भानुभक्तबारे रङ्गीन वृत्तचित्रको निर्माण पनि भएको छ ।

हामीहरूलाई गर्व पनि छ, नेपालबाट जगदम्बाश्री पुरस्कार हाम्रा नरबहादुर भण्डारीलाई प्राप्त भयो । जीवन थीङ, घनश्याम नेपाल, तुलसीराम कश्यपहरूले नेपालको रत्नश्री पदक र सम्मान पाएका छन् । डा. तुलसीबहादुर क्षेत्री, गिर्मी सेर्पा, सानु लामा, तुलसीराम कश्यपहरूले भारतीय अकादमी पुरस्कार पाएका छन् । अनि शोभाकान्ति थेगिम, घनश्याम नेपाल, शान्ति क्षेत्री, म, गोपाल दाहाल) हरूले नेपाली भाषासाहित्यमा विद्यावारिधि उपाधि लिएका छौं । अरू केही साथीहरु विद्यावारिधि उपाधिको नजिक पुगेका छन् ।

त्यसैकारण मलाई गर्व लाग्छ । हिजोका दिनमा ज्यादै पिछडिएको, विकास निर्माण, उन्नति, शिक्षा आदिबाट ठगिएको सिक्किम आज अग्रगतिमा बढिरहेछ ।

भाइ गोपालजी सिक्किमबारे कुरा गर्दागर्दै निकै गम्भीर भइसकेका हुन्छन् । म उनलाई बीचैमै रोकेर भन्छु– गोपाल भाइ मलाई बुहारी छोराछोरीसँग भेट गराउन लैजाने होइन । उनी हाँस्छन् । दाई म त धेरै बहकिएछु कि क्या हो । म दाइलाई भोलि बिहान लैजान्छु । अनि गोपाल भाइ विदा भए । तर यसपटक उनका घरसम्म पुग्नचाहिं सकिन । नेपालतिरै फर्किने हतार भयो ।

आर्य लामिछानेसँगको रोचक प्रसंग

'बालुकाको अर्को तह' कथाकृति छाप्न बनारस गाउँका आर्य लामिछानेसँग राम्रो दोस्ती भएको हो । उनीसँग दुध विनायकतिर घुम्ने क्रममा छोटेलालको चियापसलमा बसेर चिया विस्कुट खाँदाको एउटा घटना अविस्मरणीय छ ।

चिया खाने क्रममा छेउमा बसेकाहरूसँग परिचय आदान प्रदान हुनु स्वाभाविक थियो । परिचय साटासाट हुँदैगयो । 'आर्य लामिछाने, गान्तोक, स्टेट बैंकमा कार्यरत । कथाको पुस्तक छाप्न आएको ।'

अर्को जानिफकरले प्रश्न गऱ्यो "लामिछाने बाहुन कि छेत्री ।" उनले हाँस्तै भने "म दुवै होइन । विश्वकर्मा हुँ ।"

ती सोध्ने व्यक्ति जुरूकक उठे– आधा खाएको चियाको गिलास छोडेर । "कस्तो मान्छे, अघि नै भन्नुपर्छ नि ! राम राम राम... । हत्तेरी, सारा चौपट भयो ।" अरू पनि धेरै कुरा फलाक्तै ती व्यक्ति बाहिर निस्किएर सिधै गंगाजीतिर लागेथे । हामी छक्क पऱ्यौं । अचानक के भयो । परिचयको कार्यक्रम स्थगित गरेर हामी उठ्यौं अरू कुनै अनर्थ नहोस् भन्ने ठानेर ।

मलाई ग्लानि भयो । मैले नेपालीहरु चिनाउन, एउटा लेखक मित्रलाई घुमाउँदै लगेको थिएँ । अब यी लामिछानेले कति दुःख मान्ने हुन् । केही पर पुगेपछि उनको मुखमा हेरें । मुसुक्क हाँसेको देखेपछि मैले कुरा उठाएँ । "हेर्नुहोस् न आजको एक्काइसौं शताब्दी छेउमा पुग्दा पनि यस्ता मानिस प्रसस्त छन् । सार्वजनिक चिया होटल जस्ता ठाउँमा बसेर चाहिं खाने, फेरि सोधीखोजी गर्ने, अनि छोइछिटो देखाउने... । मलाई नराम्रो लागेको छ । यो कुरा तपाईंले मनमा नलिनुहोला ।"

ती लामिछानेले मेरो कुरा बीचमै रोकेर भनेथे –"भट्टराईजी मलाई यस्ता कुरा पचिसकेका छन् । धेरै जग्गामा यस्तो भोगिसकेको छु । म आ^नो परिचय लुकाउँदिन । जो भएको यथार्थ बताइदिन्छु । तर मलाई कुनै हीनताबोध र पछुतो छैन । आफ्नो ठाउँमा ठिक छु ।"

म ढुक्क भएको थिएँ । कति ठूलो र खुला मन भएका व्यक्ति । अरूसँग यस्तो घटना भए झगडा र हात हालाहालको स्थिति सिर्जना हुने थियो । 'आर्य लामिछाने' मा 'बालुवाको अर्को तह' को अर्को तहले छोपेको पाएँ । गम्भीर र निश्छल भाव । शान्त मुद्रामा पहिले जस्तै हाँसेर बोलेका थिए उनी । केही दिनपछि काम सकेर उनी फर्किएका थिए सिक्किमतिर ।

सिक्किमको संझना –यात्रा संस्मरण लेख्ने क्रममा पुरानो डायरीमा यसको उल्लेख भेट्टाएर यहाँ फेरि चर्चा गरेको हुँ । यो पनि अन्यथा अर्थ नलागोस् । लामिछानेसँगको मेरो मित्रता झन् बढी चम्किलो भइरहनेछ ।

निर्मा–सम्मान कार्यक्रममा गएका बेला श्रीलामिछानेलाई भेट्ने इच्छा थियो । गोपाल दाहालसँग कुरो उक्काएथें । उनले दुई चार दिन बसेर सबैसँग भेटघाट गर्ने सल्लाह दिएका हुन् । तर मेरो फुर्सत भएन । यो प्रसंग यतिबेला ...

निबन्ध

पानीसँग बगेको जीवन

रमाकान्त शर्मा

कहिलेकाहीँ म सोच्छु– नबग्दा के हुन्छ ? अनि बग्दा के हुन्छ ? पानीको स्वभाव नै बहने हो, ऊ सधैँ ओरालोतिरै लाग्छ । मान्छे बग्ने भनेको सायद समयको गतिसँगै अघि बढ्नु हो । मेरो स्मृतिमा पानीसँगका यस्ता केही यादहरू छन्, जसले मलाई मृत्युको मुखबाट फर्काए र जीवनको परिभाषा सिकाए

कसैले भन्छन्- समयको प्रवाहसँगै बग्न सक्नुपर्छ । कोही भन्छन्- वास्तविक साहसी त्यो हो, जो समयको उल्टो धारमा पौडन सक्छ । खोलाको सुसाइ र पानीको बहावसँगै बग्न त सजिलो होला, तर प्रवाहको विपरीत पौडिनु निकै कठिन छ । यो त केवल ती कुशल पौडीबाजहरूले मात्र सक्छन्, जसमा अदम्य साहस र संकल्प हुन्छ । तर, कहिलेकाहीँ म सोच्छु– नबग्दा के हुन्छ ? अनि बग्दा के हुन्छ ? पानीको स्वभाव नै बहने हो, ऊ सधैँ ओरालोतिरै लाग्छ । मान्छे बग्ने भनेको सायद समयको गतिसँगै अघि बढ्नु हो । मेरो स्मृतिमा पानीसँगका यस्ता केही यादहरू छन्, जसले मलाई मृत्युको मुखबाट फर्काए र जीवनको परिभाषा सिकाए ।

हाम्रो गाउँ 'लाम्सु' दुबैतर्फ खोला भएको एउटा सानो थुम्कोमा छ । गाउँको पुछारमा दुईवटा खोलाहरू आपसमा मिसिन्छन् । उत्तरतर्फ सपाउदे खोला र दक्षिण पश्चिम ठूलो खोला । हिउँदमा ती खोला साना हुने भएपनि वर्षाको समयमा खोलाहरूले रौद्र रूप धारण गर्छन् । तिनीहरुले निकालेको गड्गडाहट आवजले हामी लाम्सु गाउँमा बस्नेहरुको बोली समेत चर्को हुन्थ्यो । म करिब चार वर्षको हुँदाको कुरा हो । आमा घाँस काट्न ठूलो खोला पारि जान लाग्नुभएको थियो । म पनि आमाको पछि लागे छु । आमाले मलाई एक दुई पटक घरमा फर्काउनु भएछ , त्यसपछि उहाँले ठान्नु भएहोला उ घरमा नै बस्छ । तर बालकको मन आमाको सामीप्य छाड्न कहाँ मान्थ्यो र ! म भने आमा भन्दा केहि पछाडि टुकुटुकु खोलाको किनारसम्म पुगेछु ।

आमा हतारमा खोला तरेर पारि पुग्नुभयो, म पनि आमाकै पदचाप पछ्याउँदै पानीमा पसेँ। वर्षाको त्यो उन्मत्त भेलले मलाई एकै निमेषमा तान्दै करिब पचास मिटर तल एउटा भुमरीमा पुऱ्यायो। मृत्यु मेरो निकै नजिक थियो । तर, त्यही बेला मेरो हातले एउटा विशाल र चिल्लो ढुङ्गा समात्न पुग्यो। त्यो ढुङ्गा मेरो लागि केवल ढुङ्गा थिएन, साक्षात् सहारा थियो । पानीमा डुबिरहेको मेरो हातले ढुङ्गा छुन सक्यो । त्यसपछि अर्को हात र शरीर पनि ढुङ्गा तिरै लगें । शरीरले त्यसैको आडमा प्राण पायो । आज सोच्छु, यदि त्यो 'पहेंलो अखेटो' परेको ढुङ्गा त्यहाँ नभएको भए, मेरो जीवनको कथा त्यहीँ पूर्णविराम लाग्ने थियो ।

१४-१५ वर्षको उमेरमा अर्को पटक फेरि खोलाले मलाई परीक्षा लियो। पारीको खेतबाट बोकेर ल्याएको मकैको भारी खोलाको किनारमा अढ्याए । नुवाइ धुवाइ गर्न खोलामा पुगें । खोलाको तिरको एक ढुङ्गोमा बसेर मुख धुँदै गर्दा खुट्टा चिप्लियो र म फेरि भेलको चपेटामा परेँ। तीस मिटर तल पुगेपछि एउटा ओडार जस्तो ढुङ्गाले मलाई फेरि काख दियो। खोला जति कठोर छ, त्यति नै दयालु पनि रहेछ। उसले कहिले बगायो त कहिले ढुङ्गाको सहारा दिएर बचायो पनि ।

शिक्षा आर्जन गर्ने बाटो हाम्रा लागि कहिल्यै सहज रहेन। कक्षा ८ मा पढ्न जनता माध्यमिक विद्यालय, सर्कुवा जानु हाम्रा लागि केवल दूरी पार गर्नु मात्र थिएन, 'ठेउले खोला' सँगको दैनिक पौठेजोरी पनि थियो । हिउँदमा शान्त देखिने त्यो खोला वर्षा सुरु भएसँगै हाम्रो जीवनकै एउटा कठोर परीक्षा बनिदिन्थ्यो । असार र साउनको बिदा त घरमै बित्थ्यो, तर जेठको सुरुवातमै बादल गर्जन थाल्दा र भदौको झरीले खोला सुसाउँदा हाम्रो मनमा एउटा अज्ञात भयले डेरा जमाउँथ्यो ।

एउ वर्षको एक दिनको घटना अझै मानसपटलमा ताजा छ । असारको पहिलो हप्ता, दिनरातको अविरल वर्षाले खोलानाला बौलाएका थिए । तर, हाम्रो अर्धवार्षिक परीक्षा थियो– जसरी पनि पुग्नै पर्ने! राङ्खानी र पैञ्यूको हाम्रो ठूलै टोली झोलुङ्गे पुलको बाटो छाडेर छोटो बाटोबाटै खोला तर्ने जोखिम मोल्न तयार भयौं । किनकि, पुलको बाटो जाँदा थप एक घण्टा लाग्थ्यो । खोला तरेपछि पनि हामी मादीको उकालोमा दौडेदा पनि एकघण्टा भन्दा कम समयमा पुग्न सम्भव थिएन । परीक्षा छुट्ने पक्का थियो ।

खोलामा अलि फैलिएको जगार जस्तो परेको स्थानको नजिक पुग्यौं र हामीले आफ्ना जुत्ता, पाइन्ट र कमिज फुकालेर झोलाभित्र कोचौं । ती झोलाहरूलाई टाउकोमा बाँधेर एकअर्काको हात दह्रो गरी समात्दै हामी धमिलो र उर्लिएको पानीमा होमियौं । खोलाको बीचतिर पुग्दा पानीको बहाव यति तीव्र थियो कि हेर्दाहेर्दै देवलधारका एक साथी पल्टिए, उनको झोला पानीले निल्यो । तर, झोला समात्ने होस कसलाई हुनु? सबैको ध्यान ज्यान जोगाउनमै थियो । त्यही मुस्लोको बीचमा मेरो ठूलोबाको छोरा दयाराम अचानक चिप्लियो । पानीको वेगले उसलाई क्षणभरमै गुटमुटायो । उसले पानीमा हातपाउ छटपटाउँदै गर्दा देखिएका ती 'पहेंला पैतला' को दृश्य सम्झँदा अहिले पनि मुटु काँप्छ ।

तत्कालै, किनार नजिकै पुगिसकेका लेखनाथले आफ्नो झोला हुत्याएर दयारामको खुट्टा समात्न सफल भए। दुवैजना केही मिटरसम्म बगे, तर मौकाले दुवै किनार लाग्न सफल भए । हामी सबै मिलेर उनीहरूलाई पानीबाट बाहिर तान्यौं। दयारामको ज्यान बच्यो । देवालधारे साथीको सबैथोक खोलाले लग्यो । लाहुरे बुवाले ल्याइदिएको घडी र कपडा भएको झोला अब खोलाको भेलसँगै कता पुग्यो, पत्तो भएन । शरीरमा एउटा कट्टु मात्र बाँकी रहेका उनलाई हामीले आफूसँग भएका थप कपडा दिएर लाज ढाक्न मद्दत गऱ्यौं । कपडा र घडी हराएकोमा भन्दा पनि एउटा साथीलाई मृत्युको मुखबाट फर्काउन सकेकोमा हामी सबैको मनमा एउटा अनौठो खुसी र सन्तोष थियो ।

जीवनको अर्को एउटा अविस्मरणीय मोड 'विराउनीको दह' मा आइपुग्यो। कक्षा ९ मा पढ्दा साथीहरूसँग कुश्मीसेरा घुम्न जाँदा निलो र गहिरो दहमा हामफाल्ने हिम्मत गरेँ । तर, पौडीमा उति अभ्यस्त नभएको म पानीको भुमरीमा फसेँ। जति हात पाउ चलाए पनि म भित्र-भित्रै भासिँदै गएँ। श्वास रोकिएर निलो भइसकेको मलाई मेरा मामा झलक शर्माले साहसी बनेर बचाउनुभयो । उहाँको त्यो सहयोगले मलाई एउटा ठूलो पाठ सिकायो– "सहारा तब मात्र काम लाग्छ, जब मान्छे आफैँले पनि बाँच्ने प्रयास गर्छ ।"

पछि म आफैँ खोला तार्ने 'सहयोगी' बनेँ । लेकबाट झर्ने वृद्धवृद्धा र महिलाहरूलाई हात समातेर खोला तार्दा मैले एउटा कुरा महसुस गरेँ– जसले आफ्ना खुट्टा दरिलो गरी टेक्छन्, उनीहरू सजिलै पार हुन्छन् । तर, जो डरले बीचमै खुट्टा लल्याकलुलुक पार्छन्, उनीहरू आफैँ पनि पल्टिन्छन् र तार्नेलाई पनि सँगै लैजान्छन् ।

खोला र बाढीको यो भयावह शृङ्खला मेरो विद्यार्थी जीवनको उत्तरार्धसम्म पनि जारी नै रह्यो । पृथ्वीनारायण क्याम्पस, पोखरामा प्रमाणपत्र तह पढ्दै गर्दा एकपटक साउनको झरीमा खल्ती रित्तियो । सहरमा खर्च सकिएपछि गाउँबाट रासन र पैसा ल्याउनुको विकल्प थिएन। आखिर, त्यो जोखिमपूर्ण यात्राको भारी मेरो काँधमा आइपऱ्यो ।

पोखराबाट नागडाँडा हुँदै ओरालो झरेपछि सेतीदोभानदेखि कार्किनेटा फेदीसम्मको यात्रामा 'आँधिखोला' सँग पटक-पटक सामाना गर्नुपर्थ्यो । धार्मिक मिथक अनुसार श्रवणकुमारले आफ्ना दृष्टिविहीन आमाबाबुलाई तीर्थ गराउन बोकेर हिँड्दा, उनका आँसुबाट यो खोला जन्मिएको हो भनिन्छ । तर, साउनको त्यो झरीमा आँधिखोला 'आँसु' जस्तो कोमल थिएन, बरु एउटा भयानक गर्जनसहित उर्लिरहेको थियो ।

सेतीदोभानमा केही चिनी, चियापत्ती र आवश्यक सामग्री झोलामा कोचेर म अघि बढेँ। आकाशबाट अविरल वर्षा बर्सिरहेको थियो । बीच बाटोमा बास बस्न खल्तीमा दाम थिएन, र नहिँडी भोलिपल्ट घर पुग्ने सामर्थ्य पनि थिएन । एउटा सामान्य प्लास्टिक किनेर टाउकोदेखि कम्मरसम्म ओढेँ र आँधिखोलाको जंघार खोज्दै पानीमा पसेँ ।

आँधिखोला, हाम्रो गाउँको 'ठूलो खोला' वा 'ठेउले खोला' जस्तो ठाडो र भिरालो त थिएन, तर यसको गहिराइ र चौडाइले मुटु कमाउँथ्यो । एउटा मोडमा खुट्टा चिप्लियो, म पानीमा पछारिएँ । धन्यै, खोला समथर बग्ने भएकाले म त बगिनँ, तर मेरो झोला र आङका लुगा लुछुप्पै भिजे । मसँग फेर्ने अर्को जोर लुगा थिएन । साउनको त्यो चिसो झरी, भिजेका लुगा र रित्तो पेट– कष्टको त्यो यात्रा वर्णन गर्न शब्दहरू कम पर्छन् ।

त्यही भिजेकै कपडामा दिनभरि हिँडिरहेँ । शरीरको तातोले बिस्तारै कपडा सुक्दै गए। कष्टका साथ कार्किनेटको उकालो, शंकरपोखरी र कालिगण्डकीको ओरालो छिचोल्दै जब भोलिपल्ट बिहान घर पुगेर तातो भातको गाँस मुखमा हालेँ, तब मलाई महसुस भयो– जीवन केवल बग्नु मात्र होइन, बरु विपरीत धारसँग लड्दै आफ्नो गन्तव्यसम्म पुग्ने साहस पनि रहेछ ।

आज फर्केर हेर्दा लाग्छ, म पानीसँग बग्न त जानेँ, तर समुद्रसम्म पुग्न सकिनँ । न त समुद्रको गहिराइमा पुगेर मोती नै टिप्न सकेँ । मेरो जीवन कहिले खहरेजस्तो उर्लियो त कहिले शान्त दहजस्तो मौन रह्यो । खोलाले मलाई सिकाएको सबैभन्दा ठूलो सत्य यही हो– जीवन बग्नुको नाम हो, र हरेक बहावमा एउटा नयाँ सङ्घर्ष लुकेको हुन्छ । ००

लागूपदार्थसहित नौ पक्राउ

दमक/ कोशी प्रदेशका झापा र सुनसरीमा प्रहरीले सञ्चालन गरेको छुट्टाछुट्टै कारबाहीमा प्रतिबन्धित लागूऔषध ब्राउन सुगर र खैरो हिरोइनसहित नौ जनालाई पक्राउ गरेको छ ।

बरामद लागूऔषधसहित पक्राउ परेकामाथि लागूऔषध सम्बन्धी कसुरमा अनुसन्धान अघि बढाइएको प्रहरीले जनाएको छ ।

झापामा विभिन्न स्थानमा गरिएको कारबाहीमा पाँच जना पक्राउ परेका छन् । मेचीनगर(६ काँकडभिट्टा बजारमा इलाका प्रहरी कार्यालय काँकडभिट्टा र लागूऔषध नियन्त्रण ब्युरोको संयुक्त टोलीले भारतबाट नेपालतर्फ आउँदै गरेका मेचीनगर(१४ दुवागढी निवासी २३ वर्षीय गोपाल मलाहालाई ३ ग्राम २०० मिलिग्राम खैरो हिरोइनसहित पक्राउ गरेको हो ।

यस्तै भद्रपुर(८ क्याम्पस मोडमा स्कुटर जाँचका क्रममा भद्रपुर(९ निवासी २९ वर्षीय ईराज भट्टराई र सिन्धुली गाउँपालिका(१ चिसापानी निवासी ३० वर्षीय धनबहादुर बस्नेत पक्राउ परेका छन् । बस्नेतको साथबाट १० ग्राम १४० मिलिग्राम ब्राउन सुगर बरामद भएको प्रहरीले जनाएको छ ।

त्यसैगरी मेचीनगर(१० पुरानो गोरुहट्टी क्षेत्रमा गस्ती टोलीले स्थानीय २४ वर्षीय शेख अरमानलाई जाँच गर्दा १ ग्राम ११० मिलिग्राम ब्राउन सुगरजस्तो पदार्थ फेला परेको थियो । सोही क्रममा उनीसँगै रहेका २४ वर्षीय युवराज राजवंशीलाई पनि नियन्त्रणमा लिइएको प्रहरीले जनाएको छ ।

यसैगरी सुनसरीको कोशी गाउँपालिका(१ स्थित भन्सार गेट क्षेत्रमा जिल्ला प्रहरी कार्यालय सुनसरी, कोशी प्रदेश प्रहरी कार्यालय विराटनगरको पीआईटी तथा इलाका प्रहरी कार्यालय लौकहीबाट खटिएको संयुक्त टोलीले चार जनालाई पक्राउ गरेको हो ।

प्रहरीका अनुसार प्रदेश १(०२(०४७ प २०३४ नम्बरको स्कुटर जाँच गर्ने क्रममा चालक इटहरी(४ निवासी ४३ वर्षीय बिशे चौधरी र पछाडि सवार सोही स्थानका ४३ वर्षीय भुपनारायण चौधरीलाई नियन्त्रणमा लिइयो । जाँचका क्रममा बिशे चौधरीले मलद्धारभित्र लुकाएर राखेको ७ दशमलव ५२ ग्राम ब्राउन सुगरजस्तो देखिने पदार्थ फेला परेको प्रहरीले जनाएको छ ।

त्यसैगरी को.३० प.४५०९ नम्बरको मोटरसाइकल जाँच गर्दा चालक धरान(१६ निवासी ३० वर्षीय एलिनजंग राणा र पछाडि सवार धरान(११ निवासी ३१ वर्षीय सन्देश लिम्बु पक्राउ परे। सन्देश लिम्बुले मलद्धारभित्र लुकाएर राखेको १२ दशमलव ६५ ग्राम ब्राउन सुगरजस्तो पदार्थ बरामद भएको प्रहरीले जनाएको छ ।

सुनसरीबाट बरामद ब्राउन सुगरको परिमाण करिब २० ग्राम रहेको छ भने झापामा खैरो हिरोइन र ब्राउन सुगर गरी करिब १४ ग्रामभन्दा बढी लागूऔषध बरामद भएको प्रहरीले जनाएको छ ।

बरामद लागूऔषध, स्कुटर तथा मोटरसाइकलसहित पक्राउ परेका सबैलाई सम्बन्धित प्रहरी कार्यालयमा राखेर थप अनुसन्धान भइरहेको छ । प्रहरीले सीमावर्ती क्षेत्र तथा संवेदनशील स्थानमा लागूऔषध नियन्त्रण अभियानलाई थप तीव्र बनाएको जनाएको छ ।

◆◆◆

मनकामना डेन्टल केयर
विशेष अफरका साथ

यहाँ आधुनिक प्रविधिबाट दाँत र मुख सम्बन्धी सम्पूर्ण उपचार विशेष छुटका साथ गरिन्छ ।
Dr. Nabin Kant Chaudhary
Consultant Oral & Dental Surgeon
BDS Bangladesh (RU) NMC No.: 19332
दमक-६, थानारोड (झापा)
Call : 9819041615/9810315415

ठूलो ट्याङ्कीमा कम्प्रेसर प्रविधियुक्त
झापा सेफ्टी ट्याङ्की तथा ढल सरसफाई
दमक :
देवीप्रसाद सिटौला
(९८४२७६०२६५/९८२४९७९१९५)

बिर्तामोड:
राजकुमार श्रेष्ठ
९८०६०१०४१०

खड्ग बहादुर खड्काको
कविता संग्रह
ज्वाला

विभिन्न पुस्तक पसलमा उपलब्ध छ । किनेर पढ्न चाहनेले नजिकको पुस्तक पसलमा सम्पर्क गर्नुहुन अनुरोध छ ।
सम्पर्क नम्बर : ९८४४६८०४९९

असार पहिलो साता पर्याप्त पानी परेन

धनकुटाका अधिकांश खेत बाँझै

धनकुटा/असारको पहिलो साता बित्न लाग्दासमेत पर्याप्त वर्षा नहुँदा धनकुटाका किसानले खेती लगाउन पाएका छैनन् । बारीमा बोकेको मलसमेत सुक्न थालेपछी किसान थप चिन्तित बनेका छन् । पाख्रिबास नगरपालिका–५ भैसेका किसानले प्रत्येक वर्ष मकै, कोदो तथा अन्य नगदेबाली लगाउने गरेका छन् ।

सामान्यतया यस समयमा मकै गोडमेल गर्ने बेला हुने भए पनि यस वर्ष खडेरीका कारण अधिकांश बारी खाली रहेको स्थानीय बताउँछन् । स्थानीय किसान सन्तोष भुजेलले फागुनको अन्तिम सातातिर परेको सामान्य वर्षापछि बारीमा मल बोकेको भए पनि त्यसयता पानी नपरेकाले खेती गर्न नसकिएको बताए ।

“करिब तीन महिना हुन लाग्यो पानी परेको छैन । खेतीपाती गर्ने जग्गा बाँझै छन्,” यस समयमा चारैतिर हरियाली देखिनुपर्ने भए पनि बारीहरू सुख्खा छन् । बाली लगाउन नपाउँदा पशुचौपायाका लागि आवश्यक घाँसको समेत अभाव हुन थालेको उनको भनाइ छ । स्थानीय गङ्गामाया भुजेलले आर्थिक अवस्था कमजोर भएकाले आफ्नो थातथलो छाडेर अन्यत्र बसाइँ जान नसकेको बताइन् ।

के गर्ने, के खाने र छोराछोरीलाई के खुवाउने भन्ने चिन्ता छ ।' दियालेकी टंकमाया निरौलाले

समयमै जोतखन गरे पनि सिँचाइको अभावमा मकै तथा तरकारी खेती गर्न नपाएको बताइन् ।

खडेरीका कारण दैनिक उपभोगका लागि आवश्यक सागसब्जी उत्पादनसमेत प्रभावित भएको उहाँको भनाइ छ । स्थानीयवासीले नजिकै बग्ने अरूण नदीबाट लिफ्टिङ प्रणालीमार्फत सिँचाइको व्यवस्था गर्न सके कृषिमा ठूलो राहत पुग्ने बताएका छन् । लामो खडेरीका कारण जिल्लाका तल्लो भूभागका अधिकांश खेतीयोग्य जमिन असारको पहिलो सातासम्म पनि बाँझै रहेका छन् ।

पुस्तक-साभार

राजनीतिसँगै राजकाज-कल्याणकारी लोकतन्त्रको प्रस्ताव

राजनीतिसँग राजकाज

✍ रविन्द्र मिश्र

उत्कृष्टताको कदर

उत्कृष्टताको कदर नगरी संसारमा सम्भवत: कोही पनि राजनेता कहलिएको छैन । नेपाल त्यस्ता देशहरूमा पर्छ, जहाँ दशकौदेखि अपवादलाई छाडेर ‘राम्रा मान्छे’ होइन, ‘हाम्रा मान्छे’ले प्रश्रय पाउँदै आएका छन् । परिणामस्वरूप हाम्रो सार्वजनिक सेवाका अधिकांश पक्षमा उत्कृष्टताको कदर हुँदैन । उत्कृष्टताको कदर नहुनेबित्तिकै हाम्रो राजनीति, अर्थनीति, शिक्षा, स्वास्थ्य, कर्मचारीतन्त्र, न्यायसेवादेखि पूर्वाधार विकाससम्म सबै औसत या त्योभन्दा पनि न्यून स्तरका हुने नै भए । विश्वकै उत्कृष्ट सञ्चार संस्था बिबिसीमा काम गर्दाको एउटा सानो अनुभव बाँडौं । त्यहाँ कसैले पत्रकारिता सुरू गरेको दुई वर्षपछि नै उसले प्रतिस्पर्धात्मक परीक्षामा उत्कृष्टता प्रदर्शन गर्न सकेको खण्डमा आफ्नो शाखामा दुई दशकदेखि कार्यरत आफ्नो अग्रजलाई उछिन्दै एकै पटक सम्पादक हुन सक्थ्यो । यसको अर्थ कर्मचारीतन्त्रदेखि हरेक सेवामा दुई वर्षमै सक्षम व्यक्ति उच्च पदमा पुग्नुपर्छ भन्ने होइन । तर के कुरामा प्रस्ट हुन जरूरी छ भने राजकाजमा उत्कृष्टताको कदर नगर्ने हो भने कुनै पनि नेताले इतिहासमा सुनाम लेखाउला भनेर सोच्दै नसोचे हुन्छ ।

दम्भ व्यवस्थापन

फेरि एक पटक पूर्वसचिव किशोर थापालाई उद्धृत गरौं । उनी भन्ने गर्छन्, ‘हामी धेरै नेपाली सानो चित्त र ठूलो दम्भ भएका मानिस हौं । दम्भ बोक्ने व्यक्तिहरूको मन स्वत: सानो हुन्छ । तिनको मन छिट्टै दुख्छ र परिणामस्वरूप ती पूर्वाग्रही, कुण्ठित, ईर्ष्यालु र तिक्त हुन्छन् । सानो मुटु लिएर ठूलो काम गर्न सकिँदैन । नेपालमा पद पाउनेबित्तिकै ह्वात्तै दम्भ बढ्ने व्यक्ति प्रशस्त भेटिन्छन् । र मन्त्री, प्रधानमन्त्रीहरूमा त त्यो अझ व्यापक रूपमा भेटिन्छ । उनीहरूमा ‘अब मैले जे गरे पनि हुन्छ भन्ने मानसिकता अनौठो रूपमा पलाउँछ । त्यसमा पनि झन् क्षमता र शैक्षिक पृष्ठभूमि कम रहेछ भने ती हीनताबोधको मानसिकताबाट ग्रस्त हुन्छन् र तिनमा हीनतायुक्त दम्भ पलाउँछ ।

त्यस्ता व्यक्तिहरूले राजा महेन्द्रको नेतृत्वकौशलबाट सिके हुन्छ, जसले न धेरै पढेका थिए, न त देशविदेश घुमेका । नेपालका एक जना जानेमानेका गणतन्त्रवादी कम्युनिस्ट नेताले समेत कैयौं पत्रकार उपस्थित भएको कार्यक्रममा ‘नेपालमा राजा महेन्द्र जस्तो राजनेता त जन्मिएकै छैनन्’ भनेको मैले सुनेको छु । क्रमश:.....

मनोरञ्जन

देशभर एक्लै ‘आइ एम जीत बहादुर’

दमक/ देशभर फिल्म ‘आइ एम जीत बहादुर’ प्रदर्शनमा आएको छ । योसँग रिलिज हुने अर्को नयाँ फिल्म नहुँदा यसले देशभर एकल प्रदर्शन रिलिजको अवसर पाएको हो ।

अभिनेता जितु नेपालको निर्माणमा बनेको यो फिल्मले गाउँबाट शहर आएका एक युवाको कलाकार बन्ने संघर्षलाई प्रस्तुत गर्दछ । यद्यपि देशभरका फिल्म हलमा ‘आइएम जितबहादुर’को कब्जामा भने छैन । किनभने यसअघि रिलिज भएका ‘लालिबजार’, रोल नम्बर ९’ र केही विदेशी फिल्म पनि हलमा छन् ।

अभिनेता जितु नेपालको निर्माणमा बनेको फिल्म ‘आइ एम जीत बहादुर’ गाउँबाट सपना बोकेर शहर आएका एक युवाले कलाकार बन्नका लागि भोग्नुपरेका संघर्ष, चुनौती र यात्रालाई भावनात्मक ढंगले प्रस्तुत गरिएको फिल्म हो । भारतीय बङ्गाली निर्देशक सुभेन्दु घोषको कथा तथा निर्देशनमा बनेको फिल्ममा जितुको अपोजिटमा अभिनेत्री वर्षा राउत देखिएकी छन् । फिल्ममा प्रियंका कार्की, सन्दीप क्षेत्री, देशभक्त खनाल, पवन खतिवडा‘बाबा’, नीरज नेपाल, अन्सु महर्जन लगायत कलाकारहरूको अभिनय छ । कर्मभूमि क्रिएशनको ब्यानरमा निर्माण भएको यस फिल्मका कार्यकारी निर्माता निश्चल कुँवर र नीरज नेपाल हुन् भने राजन सिंखडा तथा दीपेन्द्र अधिकारी सह-निर्माताका रूपमा रहेका छन् ।

सामान्य ज्ञान

१) सरकारले कहिलेदेखि लागू हुने गरी परीक्षणको रूपमा आइतवार पनि सार्वजनिक विदा दिने निर्णय गरेको थियो ?
(क) २०७९ साल जेठ एक गते (ख) २०७९ साल जेठ दुई गते
(ग) २०७९ साल जेठ तीन गते (घ) २०७९ साल जेठ चार गते

२, विश्ववातावरण दिवस कुन दिन मनाइने गरिन्छ ?
(क) हरेक वर्ष जून तीन तारिख (ख) हरेक वर्ष जून चार तारिख
(ग) हरेक वर्ष जून पाँच तारिख (घ) हरेक वर्ष जून छ तारिख

३, भारतीय प्रधानमन्त्री नरेन्द्र मोदीले कुन दिन लुम्बिनीको भ्रमण गरेका थिए ?
(क) २०७९ साल जेठ एक गते (ख) २०७९ साल जेठ दुई गते
(ग) २०७९ साल जेठ तीन गते (घ) २०७९ साल जेठ चार गते

४, नेपाली भाषाका प्रथम कविको नाम के हो ?
(क) भानुभक्त आचार्य (ख) सुन्दरानन्द बाँणा
(ग) सुवानन्द दास (घ) मोतीराम भट्ट

५, शाहवंशीय राजाहरूमा सबैभन्दा बढी शासन गर्ने राजाको नाम के हो ?
(क) पृथिवीनारायण शाह (ख) राजेन्द्रविक्रम शाह
(ग) सुरेन्द्रविक्रम शाह (घ) त्रिभुवन

६, विश्वमा सबैभन्दा बढी इन्टरनेट प्रयोग गर्ने मुलुक कुन हो ?
(क) चीन (ख) भारत (ग) अमेरिका (घ) रुस

७, गुरुपूर्णिमा पर्व कुन दिन मनाउने गरिन्छ ?
(क) वैशाखशुक्ल पूर्णिमा (ख) जेष्ठशुक्ल पूर्णिमा
(ग) असारशुक्ल पूर्णिमा (घ) साउनशुक्ल पूर्र्णिमा

८, नेपालको माउन्टफुजी भनेर कुन हिमाललाई भन्ने गरिएको छ ?
(क) अन्नपूर्ण (ख) मनास्लु (ग) धवलागिरी (घ) ह्लोत्से

९, जसको जस्तो भावना हुन्छ त्यस्तै किसिमको सिद्धि प्राप्त गर्छ भन्ने भनाइ कसको हो ?
(क) गौतम बुद्ध (ख) सन्त सुलसीदास
(ग) भगवान् राम (घ) भगवान् कृष्ण

१०, समुद्रको किनारलाई के भनिन्छ ?
(क) तट (ख) किनार (ग) बेला (घ) उर्मी

११, नेपालको प्रथम बालसाहित्यकार को हुन् ?
(क) बालगुरु योगी आदित्य (ख) जय पृथिवीबहादुर सिंह
(ग) बालसन्त मोहनशरण देवाचार्य बालगुरु षडानन्द अधिकारी

सही उत्तर
१-(क), २-(ग), ३-(ख), ४-(ग), ५-(घ), ६-(क) ७-(ग), ८-(ख), ९-(घ), १० (क), ११-(ख)

स्रोत विभिन्न पत्रपत्रिका

स्वास्थ्य

रगतको कमी हुनेले **अनार** खानुहुन्छ ?

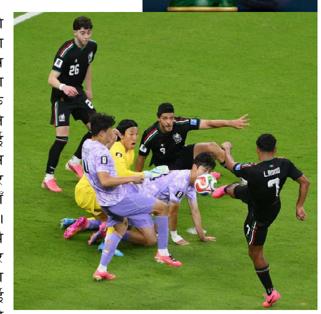
अनारलाई रगतको कमीबाट पीडित मधुमेहका बिरामीहरूका लागि लाभदायक मानिन्छ । अनारमा धेरै मात्रामा आइरन नभए पनि, यसले शरीरलाई आवश्यक पोषक तत्व र एन्टिअक्सिडेन्ट प्रदान गर्दछ । त्यसैले, यसलाई सन्तुलित आहारको हिस्साको रूपमा समावेश गर्न सकिन्छ । यदि कोही एनीमियाबाट पीडित छ भने अनार मात्रै खाएर समस्या पूर्ण रूपमा समाधान हुँदैन; आइरन, फोलेट र भिटामिन बी१२ युक्त खानेकुराहरू खानु पनि जरुरी छ । एनीमिया हटाउन, पालुङ्गो र मेथी जस्ता हरियो पत्तादार तरकारीहरू, दाल, छोला, किसमिस, काउली, गुड, तिल, खजूर, किसमिस, अण्डा, माछा र अन्य आइरनयुक्त खानेकुराहरू आहारमा समावेश गर्नुपर्छ । थप रूपमा, सुन्तला, अमला र अम्बा जस्ता भिटामिन सी युक्त फलफूलहरू खानु पनि फाइदाजनक छ, किनकि तिनीहरूले शरीरमा आइरन अवशोषण सुधार गर्न मद्दत गर्छन् ।

कुन राम्रो हो : अनारको जुस कि फल ?
अनार कुनै पनि रूपमा थोरै मात्रामा सेवन गर्न सकिन्छ, तर अनारको जुस पिउनुको सट्टा सम्पूर्ण फल खानु राम्रो हुन्छ । यसले शरीरलाई बढी फाइदा पुऱ्याउन सक्छ, किनकि रसमा चिनीको मात्रा बढी हुन्छ ।

कार्बोहाइड्रेट सेवनप्रति रहनुपर्छ सचेत : मधुमेहका रोगीहरूले कुनै पनि फलफूल सन्तुलित मात्रामा खानु र कुल कार्बोहाइड्रेट सेवनको निगरानी गर्नु महत्त्वपूर्ण छ । अनारको मध्यम मात्रामा सेवन सामान्यतया सुरक्षित मानिन्छ, तर यदि रगतमा चिनी नियन्त्रण कमजोर छ वा तपाईंलाई अन्य स्वास्थ्य समस्याहरू छन् भने, डाक्टर वा आहारविद्सँग परामर्श गर्नु राम्रो हुन्छ । यसबाहेक, सन्तुलित आहार, परीक्षण र स्वस्थ जीवनशैलीको माध्यमबाट मधुमेह र रक्तअल्पता दुवैलाई राम्रोसँग व्यवस्थापन गर्न सकिन्छ ।

विश्वकप विशेष

पाका खेलाडीको अनुभव, किशोर प्रतिभाको चमक



दमक/ ४८ टोली सहभागी फिफा विश्वकप दोस्रो सातामा प्रवेश गर्दा मैदानमा केवल नतिजाको मात्र होइन, पुस्तान्तरणको पनि रोचक कथा देखिएको छ । एकातिर चार दशक पार गरेका अनुभवी खेलाडीहरूले आफ्नो अन्तिम विश्वकप यात्रालाई सम्झनलायक बनाउने प्रयास गरिरहेका छन् भने अर्कोतिर किशोर खेलाडीहरू विश्व फुटबलको नयाँ अनुहारका रूपमा उदाइरहेका छन् ।

प्रतियोगिताको सुरुआती चरणमै ४० वर्षीय केप भर्डेका गोलकिपर भोजिन्हा अप्रत्याशित नायक बनेका छन्। स्पेनजस्तो शक्तिशाली टोलीलाई गोलरहित बराबरीमा रोक्न उनले खेलेको भूमिकाले उनलाई विश्वकपको चर्चित पात्र बनाएको छ । आइतबार उरुग्वेविरुद्ध हुने खेल हेर्न उनका परिवारका सदस्यहरू मियामी पुग्ने तयारीमा छन् ।

विश्व फुटबलका दुई महान् नाम पनि अझै चर्चाको केन्द्रमा छन्। ४१ वर्षीय क्रिस्टियानो रोनाल्डोले कंगोविरुद्ध गोल गर्न नसके पनि विश्वकप इतिहासमा सुरुआती रोजाइमा मैदान उत्रिने सबैभन्दा पाका आउटफिल्ड खेलाडीको कीर्तिमान बनाएका छन् । अर्कोतर्फ ३८ वर्षीय लिओनल मेसीले प्रतियोगिताको पहिलो खेलमै अल्जेरियाविरुद्ध ह्याट्रिक गर्दै उमेर केवल अंक मात्र भएको सन्देश दिएका छन् ।

क्रोएसियाका कप्तान लुका मोड्रिचका लागि भने सुरुआत सुखद रहेन । ४० वर्षीय मिडफिल्डरको फाउलबाट प्राप्त पेनाल्टीमा ह्यारी केनले गोल गरेपछि इङ्ल्यान्डले ४-२ को जित निकाल्यो। खेल सकिनुअघि नै मोड्रिचलाई मैदानबाट फिर्ता बोलाइएको थियो। जर्मनीका अनुभवी गोलकिपर म्यानुअल नोयर पनि ४० वर्षको उमेरमा विश्वकप खेलिरहेका छन् ।

यता युवा पुस्ताले पनि आफूलाई स्थापित गर्ने संकेत दिएका छन् । मेक्सिकोका १७ वर्षीय गिल्बर्टो मोरा प्रतियोगिताका सबैभन्दा कम उमेरका खेलाडी हुन् । दक्षिण अफ्रिकाविरुद्ध मैदान प्रवेश गर्दा उनले समर्थकबाट भव्य स्वागत पाए । युरोपका ठूला क्लबहरूको नजरमा परेका मोरा भविष्यका सम्भावनाशील स्टार मानिन्छन् ।

सेनेगलका १८ वर्षीय इब्राहिम म्बायेले भने आफ्नो पहिलो विश्वकप खेलमै गोल गर्दै सबैको ध्यान ताने । फ्रान्सविरुद्ध इन्जुरी समयमा गरेको गोलले उनको आगमनलाई विशेष बनायो, यद्यपि टोली ३-१ ले पराजित भयो ।

मोरक्कोका अय्युब बुआद्दी र इजिप्टका हम्जा अब्देलकरिमले पनि प्रभावशाली डेब्यु गरेका छन्। स्पेनका युवा स्टार लामिन यमल चोटपछि फर्किएर प्रतियोगितामा देखिन थालेका छन् ।

विश्वकपको प्रारम्भिक चरणले एउटा स्पष्ट सन्देश दिएको छ– फुटबलको सबैभन्दा ठूलो मञ्चमा अनुभव र युवाशक्ति दुवै उत्तिकै महत्वपूर्ण छन् । केही पाका खेलाडी आफ्नो गौरवशाली यात्राको अन्तिम अध्याय लेखिरहेका छन् भने केही किशोर प्रतिभा भविष्यका नयाँ नायक बन्ने संकेत दिइरहेका छन् ।

दैनिक राशिफल

आज मिति
२०८३ साल
असार ०६ गते
शनिबार
20 June, 2026
तिथि: षष्ठी

ज्यो. लक्ष्मी प्र. ढकाल
ठेगान : क्याम्पस मोड, सगरमाथा आयल निगम, उत्तर
सम्पर्कका लागि:
९८६७३१०८८२/९८१७००५१६५

मेष (चु चे लो ला लि लँ ले लो अ): अध्ययनमा सफलता । धन लाभ, मन खुशी ।

वृष (इ उ ए ओ वा वि वु वे वो): शत्रु पत्र सक्रिय रहने । धेरै सावधानी अपनाउनु होला ।

मिथुन (का कि कु घ ङ छ के को हा): मन खुशी । गरेका कामहरुमा सफलता ।

कर्कट (हि, हु, हे, हो, डा, डि, डु, डे, डो): ब्यापार व्यवसायमा लाभ । धन सम्पति जोडिने ।

सिंह (मा मि मु मे मो टा टि टु टे): वैदेशिक रोजगारीमा असफलता । स्वास्थ्यमा भने सुधार ।

कन्या (टो प पी पँ ष ण ठ पे पो): लेनदेन गर्दा सावधानी अपनाउनु पर्ने । विश्वासघात होला ।

तुला (रा, रि, रु, रे, रो, ता, ति, तु, ते): आर्थिक पक्ष कमजोर । मनमा अनेकौ कुरा खेल्ने

वृश्चिक (तो ना नि नँ ने नो या यि यु): नयाँ ठाउँको भ्रमण योग । मिष्ठान्न भोजन प्राप्ती ।

धनु (य यो भा भी भ धा फा ढ भे): धर्मकर्ममा मन जाने । मनमा उत्साह बढेर आउने ।

मकर (भो जा जी खि खू खे खो गा गी): पठन पाठनमा सुधारको खाँचो परिश्रम धेरै नै गर्नुपर्ला ।

कुम्भ (गँ गे गो सा सी सँ से सो द): मनमा खट्पटि । स्वास्थ्यमा केही सुधार ।

मीन (दि दु थ झ ञ दे दो चा ची): मित्रहरुबाट सहयोग । आफन्तजनसँग भेटघाट ।

दमक नगरप्रमुख रामकुमार थापाको निजी निवास भदौ २३ र २४ को आन्दोलनका क्रममा आगजनी भएपछि भग्नावेशमा परिणत भएपछि राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टी सम्बद्ध व्यक्तिहरूको सहयोगमा उक्त निवासको पुनर्निर्माण भईरहेको बेला हेरचाह गर्दै थापा ।

'सिद्धान्तबाट पार्टी विचलित हुँदैन'

दमक/ राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टी (राप्रपा) का अध्यक्ष राजेन्द्र लिङ्देनले आफ्नो सिद्धान्तबाट पार्टी विचलित नहुने बताएका छन् । उनले कोहीपनि दुबिधामा बस्न जरूरी नभएको भन्दै राप्रपाको इतिहास र पुराना नेतृत्व गौरव पार्टीका लागि गौरव भए पनि विगतको नेतृत्वका छोड्नुपर्ने थुप्रै कुराहरू रहेको बताए ।

शुक्रबारबाट काठमाडौंमा सुरू पार्टीको केन्द्रीय समिति बैठकलाई सम्बोधन गर्दै अध्यक्ष लिङ्देनले कठिन दिनहरूमा पनि राप्रपा राजसंस्था र हिन्दु राष्ट्रको पक्षमा दृढतापूर्वक उभिँदा पार्टीभित्रकै केही नेताहरूले त्यसलाई तुहाउने काम गरेको पनि बताएका छन् ।

उनले संगठन सञ्चालनका लागि पुराना कुराहरूको अनुकरण गरे पार्टी फुट्ने र जोडिने श्रृंखला चलिराख्ने तर्क गरे । व्यक्तिगत टक्कर र अहंमको जाँतोमा राप्रपालाई पारेका कारण नै पार्टी र मुलुकमा संकट पैदा भएको बताउँदै आगामी मङ्सिर २६, २७ र २८ गतेका लागि महाधिवेशन प्रस्ताव गरिएको भन्दै महाधिवेशनले देशलाई नयाँ सन्देश दिने धारणा राखे ।

बैठकमा राप्रपाको केन्द्रीय निर्वाचन समितिका संयोजक तोरण बहादुर गुरूङले निर्वाचन निर्देशिका, सक्रिय सदस्यता सम्बन्धी निर्देशिका, सांगठनिक तह निर्वाचन सम्बन्धी नियमावली प्रस्तुत गरेका छन् भने राप्रपा महामन्त्री एवं सचिवालय प्रमुख राजेन्द्र गुरूङले पार्टीको सचिवालय सम्बन्धी प्रतिवेदन प्रस्तुत गरेका छन् ।

दश वर्षे...हुँदै आएका छन्।

यसैबीच कृषि, वन तथा जलवायु मन्त्रालयले विगत एक दशकमा प्रवाह भएको कृषि तथा पशुपन्छी अनुदानको छानबिन गर्न पाँच सदस्यीय कार्यदल गठन गरेको छ। सहसचिव बद्रीप्रसाद दाहालको संयोजकत्वमा गठन भएको कार्यदललाई ६ महिनाभित्र विस्तृत प्रतिवेदन पेस गर्न निर्देशन दिइएको छ।

कार्यदललाई २०७२/७३ यता प्रवाह भएका सबै अनुदान कार्यक्रम पुनरावलोकन गर्ने, दुरूपयोग भएका घटनाको पहिचान गर्ने, सुधारका लागि ठोस सिफारिस गर्ने तथा प्रभावकारी देखिएका अभ्यासहरूको ग्याप एनालाइसिस गर्ने जिम्मेवारी दिइएको छ। मन्त्रालयले विगतमा अनुदान प्रणालीमा पारदर्शिता कमजोर रहेको र लक्षित वर्गसम्म सेवा नपुगेको स्वीकारसमेत गरेको छ।

कार्यदलले कम्तीमा महिनामा दुई पटक मन्त्रालयका सचिवसमक्ष प्रगति विवरण पेस गर्नुपर्नेछ। यसले कृषि अनुदान प्रणालीमा देखिएको अनियमितता नियन्त्रण र सुधारतर्फ सरकार गम्भीर रहेको संकेत गरेको छ।

कृषि क्षेत्र नेपालको कुल गार्हस्थ्य उत्पादन (न्मए) मा करिब २५ प्रतिशत योगदान गर्ने प्रमुख क्षेत्र हो। तर यही क्षेत्रमै वित्तीय असन्तुलन, अनुदान दुरूपयोग, कागजी परियोजना, र कमजोर अनुगमन प्रणालीले दीर्घकालीन संरचनागत कमजोरी देखिएको छ। यसले कृषि आत्मनिर्भरताको लक्ष्यलाई कमजोर बनाउँदै ग्रामीण अर्थतन्त्रलाई थप परनिर्भरतातर्फ धकेलिरहेको सरोकारवालाहरूको निष्कर्ष छ।

विशेषज्ञहरूले अब केवल कर्जा वितरणको मात्रा होइन, गुणस्तर र न्यायोचित वितरण प्रणालीमा सुधार आवश्यक रहेको बताएका छन्। वास्तविक किसानसम्म वित्तीय पहुँच पुऱ्याउने, अनुदान प्रणाली पारदर्शी बनाउने र अनुगमनलाई कडा बनाउने बिना कृषि क्षेत्रको सुधार सम्भव नहुने उनीहरूको भनाइ छ।

शिक्षासँग......."हामी केवल पढाइमा मात्र सीमित छैनौं, विद्यार्थीको स्वास्थ्य, सुरक्षा र व्यक्तित्व विकासलाई पनि उत्तिकै महत्व दिन्छौं," प्रधानाध्यापक श्रेष्ठले भने, "दाँतसम्बन्धी समस्या समयमै पहिचान गर्न सके भविष्यमा हुने जटिल स्वास्थ्य जोखिमबाट बच्न सकिन्छ । त्यसैले सबै विद्यार्थीलाई दन्त सेवाको पहुँच दिलाउने उद्देश्यले यो अभियान सञ्चालन गरिएको हो ।"

शिविर सञ्चालनका लागि आवश्यक आर्थिक सहयोग विद्यालयले उपलब्ध गराएको छ भने चिकित्सकीय तथा प्राविधिक सहयोग ओम शान्ति डेन्टलले प्रदान गरेको छ । विद्यालय र निजी स्वास्थ्य संस्थाबीचको सहकार्यले विद्यार्थीलाई गुणस्तरीय सेवा नि:शुल्क रूपमा उपलब्ध गराउन सफल भएको बताइएको छ ।

हिमावि स्काउट संयोजक तथा रेञ्जर लिडर टंक भण्डारीले नेपाल स्काउटको ७५औँ स्थापना दिवसलाई सेवामूलक कार्यक्रममार्फत मनाउने उद्देश्यले शिविर आयोजना गरिएको बताए । उनका अनुसार विद्यार्थीमा दन्त स्वास्थ्यबारे चेतना अभिवृद्धि गर्नुका साथै सबै विद्यार्थीको स्वास्थ्य अवस्था अभिलेखीकरण गर्ने लक्ष्यसमेत रहेको छ ।

ओम शान्ति डेन्टलका सञ्चालक कमलप्रकाश गैरेले सामाजिक उत्तरदायित्वलाई प्राथमिकतामा राखेर शिविर सञ्चालन गरिएको बताए । उनका अनुसार शिविरमा देखिएका अधिकांश सामान्य समस्या तत्काल समाधान गरिनेछ भने थप उपचार आवश्यक परेका विद्यार्थीलाई विशेष छुटसहित सेवा उपलब्ध गराइनेछ । "विद्यार्थीमा दाँतको हेरचाहबारे सचेतना बढाउनु अहिलेको आवश्यकता हो," उनले भने, "सामान्य समस्या बेवास्ता गर्दा पछि जटिल रोगमा परिणत हुन सक्छन् । त्यसैले परीक्षणसँगै सचेतना पनि उत्तिकै महत्वपूर्ण छ ।"

विद्यालयले सुरू गरेको यो अभियानले आर्थिक अभाव, जानकारीको कमी वा पहुँचको समस्याका कारण स्वास्थ्य परीक्षणबाट वञ्चित विद्यार्थीलाई प्रत्यक्ष लाभ पुऱ्याउने अपेक्षा गरिएको छ । साथै, विद्यालयले शिक्षासँगै स्वास्थ्य प्रवर्द्धनलाई पनि आफ्नो जिम्मेवारीका रूपमा आत्मसात् गरेको सन्देश दिएको छ । हजारौं विद्यार्थीलाई लक्षित गरी सुरू गरिएको दन्त शिविरले हिमाविलाई विद्यार्थीमैत्री र स्वास्थ्यप्रति संवेदनशील शैक्षिक संस्थाका रूपमा थप स्थापित गरेको उनको तर्क छ ।

खानेकुराको कारणले, समय समयमा ब्रस नगर्दा दाँतमा किरा लागेको शिविरको चेकजाँचबाट प्रमाणित भएको छ । तसर्थ अब यसबाट बच्न सम्बद्ध सबै सचेत रहनु पर्दछ । घरमा बालबालिकालाई नियमित ब्रस गराउने र दाँतसम्बन्धि केयर गर्न अभिप्रेरित गर्नुपर्ने शिविरमा खटिएकी चिकित्कहरू बताउँछन् ।

चिकित्सकहरूले चिकित्सकीय सल्लाहका क्रममा दन्त चिकित्सकले दिनमा कम्तीमा दुई पटक फ्लोराइडयुक्त टुथपेस्टले दाँत माझ्न, गुलियो तथा चिनीजन्य खानेकुरा कम गर्न, दाँत माझ्ने सही तरिका अपनाउन, दिनमा दुई पटक ब्रस गर्न र प्रत्येक ६ महिनादेखि १ वर्षमा नियमित दन्त परीक्षण गराउन, विद्यालयमा पनि विद्यार्थीको गिँजा र दाँत बेला हेरचाह गर्न सुझाव दिएका छन । साथै दाँत तथा गिजामा कुनै समस्या देखिए तुरुन्त चिकित्सकसँग परामर्श लिन र मुख स्वास्थ्यप्रति सचेत रहन पनि परामर्श दिइएको थियो । मुख स्वास्थ्यसम्बन्धी सचेतना अभिवृद्धि गर्न विशेष स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रमसमेत सञ्चालन गरिएको थियो ।"

विद्यार्थीको स्वास्थ्यसँग जोडिएका शिविर मात्र होइन अतिरिक्त क्रियाकलापबाट पनि विद्यार्थीको स्वास्थ्यप्रतिको चासोलाई प्रयोगात्मक रूपमा अगाडि बढाउँदै आएको छ । गुणस्तरीय शिक्षा र त्यसको परिणाममा दक्ष जनशक्तिसहित स्वस्थ जीवनमा बढी फोकस गर्दै हिमावि अगाडि बढेको सहभागी शिक्षक बताउँछन् ।

अन्तर्राष्ट्रिय

भाजपाका नेतासहित तीन जनालाई जिउँदै जलाइयो

एजेन्सी/ छत्तीसगढको कोरियामा अवैध बालुवा उत्खननलाई लिएर विवाद उत्पन्न भयो, त्यसपछि कारभित्रै तीन जनालाई जिउँदै जलाइयो । यस मुद्दामा संलग्न चार जनालाई पत्राउ गरिएको थियो र बिहीबार न्यायिक हिरासतमा जेल पठाइएको थियो । विवादमा संलग्न दुवै पक्ष भाजपासँग सम्बद्ध छन् ।

कोरियाका अतिरिक्त प्रहरी उपरीक्षक सुरेश चौबेले बीबीसीलाई भने, "यस मुद्दामा फरार अन्य पाँच अभियुक्तहरूको खोजी भइरहेको छ । प्रारम्भिक अनुसन्धानबाट दुई पक्षबीच विगत धेरै वर्षदेखि आपसी सर्वोच्चतालाई लिएर विवाद रहेको खुलासा भएको छ ।"

वास्तवमा, कोरिया जिल्लाको सोनहट प्रहरी चौकी क्षेत्र अन्तर्गत नवगाईमा अवैध बालुवा उत्खननलाई लिएर विवाद उत्पन्न भयो । घटनाको क्रममा भाजपा नेता तथा पूर्व जिल्ला पञ्चायत अध्यक्ष भरत सिंह गहरवारको गाडीमा पेट्रोल छर्केर आगो लगाइएको थियो । घटनामा भरत सिंह गहरवार सहित तीन जनाको मृत्यु भएको थियो ।

प्रहरीका अनुसार अभियुक्तहरूले गाडीको अगाडि र पछाडि डम्प ट्रक राखेर गाडी रोकेका थिए । यात्रुहरु बाहिर निस्कनु अघि नै उनीहरूले गाडीमा पेट्रोल छर्केर आगो लगाइदिएका थिए । यस मुद्दामा प्रहरीले भाजपासँग सम्बद्ध मनोज त्रिपाठी, अक्षत त्रिपाठी, विशाल त्रिपाठी र सत्यप्रकाश त्रिपाठीलाई पत्राउ गरेको छ । सबै अभियुक्त एकै परिवारका हुन् ।

अमेरिका–इरान शान्ति सम्झौता हस्ताक्षर समारोह रद्द

एजेन्सी/ अमेरिका-इरानबीच हुने भनिएको बहुप्रतीक्षित शान्ति सम्झौता स्थगित भएको छ । स्वीट्जरल्यान्डमा शुक्रबार हुने भनिएको शान्ति सम्झौता समारोह अनितम समयमा स्थगित भएको हो । अन्तर्राष्ट्रिय सञ्चारमाध्यम 'सीएनएन-न्युज १८' ले समारोहमा सहभागी हुन कुनै पनि उच्चस्तरीय अमेरिकी वा इरानी अधिकारी स्वीट्जरल्यान्ड नजाने जनाएको छ ।

'सीएनएन-न्युज १८' ले कूटनीतिक स्रोतको हवाला दिँदै अब प्रक्रिया औपचारिक हस्ताक्षरभन्दा प्राविधिक तहका लामो वार्तातर्फ मोडिएको जनाएको छ । अमेरिका, इरान, कतार र पाकिस्तानका अग्रिम टोलीहरु हाल स्वीट्जरल्यान्डका ब्युर्गेनस्टक र ज्युरिखमा रहेर वार्ताको नयाँ ढाँचा व्यवस्थापन गरिरहेका छन् । स्रोतहरूका अनुसार सम्झौताका बाँकी जटिल तथा प्राविधिक विषयमा सहमति जुटाउन आगामी ६० दिनसम्म विभिन्न चरणमा प्राविधिक वार्ता सञ्चालन हुनेछ । ती छलफलहरूमा सम्झौताका सूक्ष्म तथा बाँकी रहेका विषयहरु टुंग्याउने प्रयास गरिने बताइएको छ । शान्ति सम्झौताका लागि गरिएको तयारीमा भएको अप्रत्याशित परिवर्तनले पाकिस्तानको आधिकारिक भ्रमण तालिकामा पनि असर पारेको समाचारमा उल्लेख छ । पाकिस्तानका प्रधानमन्त्री शहबाज शरिफले स्वीट्जरल्यान्ड भ्रमण रद्द गरेका छन् ।

हेटौंडा कपडा उद्योग सञ्चालनको तयारी

दमक/ दुई दशकदेखि बन्द रहेको हेटौंडा कपडा उद्योग सञ्चालन हुने भएको छ । प्रधानमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषद् कार्यालयले अग्रसरता लिएसँगै उद्योग सञ्चालनमा आउने संकेत देखिएको हो । उद्योग, वाणिज्य तथा आपूर्ति मन्त्री गौरीकुमारी यादवले उद्योगको अनुगमनसमेत गरेकी छिन् । मन्त्रीसहितको टोलीको अनुगमनपछि प्रधानमन्त्री कार्यालयका सूचना अधिकारी हिमालय भण्डारीले कपडा उद्योगलाई छिटो सञ्चालनमा ल्याउने तयारी भइरहेको जानकारी दिए ।

Log on गर्नुहोस्
purbasandesh.com
EPAPER मा पूर्वसन्देश पत्रिका हेर्नुहोस्

खेलकुद

नवोदय फुटबल प्रतियोगिताको उपाधि दाजुभाई एफसीलाई

पथरी / मोरङको पथरी शनिश्चरे नगरपालिका-१० स्थित प्रस्तावित रंगशालामा सम्पन्न प्रथम टेन नवोदय खुला नकआउट फुटबल प्रतियोगिता-२०८३ को उपाधि दाजुभाई एफसीले उचालेको छ । बिहीबार भएको फाइनल खेलमा टाँडी स्पोर्टिङ एफसीलाई शून्यका विरुद्ध तीन गोलले पराजित गर्दै दाजुभाई एफसी च्याम्पियन बनेको हो । दाजुभाई एफसीका लागि पहिलो हाफमा अप्सन गुरुङले गोल गर्दै आफ्नो टिमलाई अग्रता दिलाएका थिए। खेलको दोस्रो हाफमा दाजुभाई एफसीकै सोनम तामाङ र ओसिन राईले थप एक-एक गोल योगदान गर्दै आफ्नो टिमलाई सहज जित दिलाए ।

प्रतियोगिताको विजेता दाजुभाई एफसीले नगद ५१ हजार १ सय ११ रुपैयाँसहित ट्रफी र मेडल प्राप्त गरेको छ भने उपविजेता टाँडी स्पोर्टिङ एफसीले नगद २५ हजार १ सय ११ रुपैयाँमा चित्त बुझाएको छ ।

फाइनल खेलको 'म्यान अफ द म्याच' दाजुभाई एफसीका अप्सन गुरुङ घोषित भए । उनले नगद २ हजार रुपैयाँ प्राप्त गरे । विभिन्न विधाहरूमा विजयी खेलाडीहरूलाई पथरी शनिश्चरे नगरपालिकाकी उपप्रमुख देवीमाया काफ्ले, इलाका प्रहरी कार्यालय पथरीका प्रमुख डीएसपी वीरदत्त पन्त, सशस्त्र प्रहरी बल, पथरी शनिश्चरेका प्रमुख इन्स्पेक्टर रवि प्याकुरेल, नगर खेलकुद विकास समितिका संयोजक दीपक राई, रेडस्टार माध्यमिक विद्यालयका भाइस प्रिन्सिपल बसन्त मादेन तथा भ्वाइस अफ द किड्स सिजन-४ का विजेता निश्चल लिम्बू लगायतका अतिथिहरूले पुरस्कार वितरण गरेका थिए ।

रास्वपा महाधिवेशनमा रवि-बालेन दुवैले सम्बोधन गर्ने

दमक/ राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टीको पहिलो महाधिवेशनलाई रवि-बालेन दुवैले सम्बोधन गर्ने भएका छन् । ७ गतेबाट चितवनमा हुँने उद्घाटन सत्रमा वरिष्ठ नेता शाहले पनि सम्बोधन गर्ने कार्यसूची छ । यस्तै पार्टीका सभापति रवि लामिछानेले सम्बोधन गर्नेछन् ।

प्रधानमन्त्री बालेन पार्टीको पहिलो महाधिवेशनमा सहभागी हुँदैनन् भन्ने हल्ला फैलिए पनि सचिवालय उपस्थित भएर सम्बोधन गर्ने कार्यसूची रहेको बताइएको छ । राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टीको पहिलो महाधिवेशनमा वरिष्ठ नेतामा स्वत: बालेन्द्र शाह मनोनीत हुनेछन् ।

यसैबीच राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टी (रास्वपा) ले आफ्नो संगठनात्मक संरचना विस्तार गर्दै एक उपसभापति, एक महामन्त्री, दुई सहमहामन्त्रीसहित ५० जना केन्द्रीय सदस्य मनोनीत गर्ने तयारी गरेको छ। आज (शनिबार) बस्ने केन्द्रीय समिति बैठकमा यससम्बन्धी प्रस्ताव पेश गरिने र पारित भए पार्टी विधानको अन्तिम मस्यौदा तयार हुने बताइएको छ ।

सहमहामन्त्री विपिन आचार्य नेतृत्वको विधान मस्यौदा समितिले सुरुमा कोषाध्यक्ष, सहकोषाध्यक्ष, प्रवक्ता, सहप्रवक्ता लगायत ६ जना पदाधिकारी र २९ जना केन्द्रीय सदस्य मनोनयन गर्ने प्रस्ताव गरेको थियो । तर त्यसलाई संशोधन गर्दै थप एक उपसभापति, एक महामन्त्री र दुई सहमहामन्त्री मनोनयन गर्ने व्यवस्था प्रस्तावमा समेटिएको एक नेताले जानकारी दिए ।

रास्वपा सचिवालय बैठकले आइतबारदेखि सुरु हुने महाधिवेशनमा यी मनोनित पदबाहेक अन्य सबै पदमा निर्वाचनमार्फत नेतृत्व चयन गर्ने निर्णय गरेको छ। यससँगै पार्टीको केन्द्रीय समितिको आकार पनि उल्लेख्य रूपमा बढाइएको छ ।

सचिवालयले केन्द्रीय समितिको सदस्य संख्या हालको १२१ बाट बढाएर १५८ पुऱ्याउने निर्णय गरेको छ । यसअघि विधान संशोधन समितिले १३६ सदस्यीय केन्द्रीय समितिको प्रस्ताव गरेको थियो। त्यस्तै पदाधिकारीको संख्या पनि वृद्धि गरी १९ सदस्यीय बनाउने निर्णय गरिएको छ ।

नयाँ संरचनाअनुसार रास्वपामा एक सभापति, एक वरिष्ठ नेता, तीन उपसभापति (एक महिला सहित), दुई महामन्त्री, पाँच सहमहामन्त्री (एक महिला सहित), एक प्रवक्ता, तीन सहप्रवक्ता (एक महिला सहित), एक कोषाध्यक्ष र दुई सहकोषाध्यक्ष (एक महिला सहित) रहनेछन् । पार्टीले महाधिवेशनअघि संगठन विस्तार र नेतृत्व व्यवस्थापनलाई प्राथमिकता दिएको देखिएको छ ।

मन्त्रीनिवास**.....**

कोशी प्रदेश सरकारका आन्तरिक मामिला तथा कानुन मन्त्री माननीय इन्द्रमणि पराजुली ज्यूको निवास समेत रहेकोमा, माननीय मन्त्रीज्यूको निवासमा प्रहरीद्वारा खानतलासी नगरिएको र नभएको व्यहोरा सम्पूर्णमा जानकारीका लागि अनुरोध गरिएको छ ।'

प्रहरीले अपराधीको खोजी गर्ने आफ्नो नियमित प्रक्रिया अन्तर्गत उक्त क्षेत्रमा प्रहरी परिचालन गरिएको भन्दै मन्त्रीको निवासमा प्रहरी प्रवेश नगरेको स्पष्ट पारेको छ ।

विपद् जोखिम न्यूनीकरणको पूर्वतयारी गरौं

- बर्षाको समयमा बाढी पहिरो तथा चट्याङ्गको जोखिम हुन सक्छ,
- सम्भावित जोखिमको मूल्यांकन गरौं, सचेत बनौ,
- जोखिमयुक्त स्थानमा नबसौं, सुरक्षित स्थानमा बसौं,
- नदि किनारा वा भिरालो जमिनमा बसोबास भएकाहरु बिशेष सतर्क रहौं,
- सम्भावित जोखिमबाट बच्न आपतकालीन पूर्वयोजना बनाऔं,
- घर परिवार र छिमेकीहरूसँग मिलेर सुरक्षित स्थानको पहिचान गरौं,
- सम्पर्क बिन्दुहरु तय गरौं, सूचना प्रणालीमा आवद्ध होऔं,
- खाद्यान्न, पानी, प्राथमिक उपचार सामग्री, टर्चलाइट र आवश्यक औषधि आदि तयारी अवस्थामा राखौं,
- प्रकोप व्यवस्थापन तालिम तथा अभ्यासमा सहभागी बनौं,
- बालबालिका, वृद्धवृद्धा र अपाङ्गता भएका व्यक्तिको सुरक्षामा ध्यान दिऔं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

प्रधान सम्पादक/प्रकाशक: गञ्जबहादुर दाहाल, **कार्यालय**: दमक-५, झापा, फोन: ०२३-५७०२७२. **प्रबन्धक**: सुवासचन्द्र भट्टराई, **मुद्रण**: ज्योति अफसेट प्रेस, **कार्यकारी सम्पादक**: खगेन्द्र कार्की E-mail:purbasandesh@yahoo.com **ले-आउट**: सुरेन बस्नेत **सल्लाहकार** : पंकज दाहाल