





# मुक्कुम्लुङ केबलकार परियोजनामाथि सरकारी छानबिन खारेजीको सम्भावना प्रवल

दमक । ताप्लेजुङ्खिम धार्मिक तथा सांस्कृतिक महत्व बोकेको मुक्कुम्लुङ (पायोभरा) क्षेत्रमा निर्माणाधीन केबलकार परियोजनामाथि सरकारी छानबिन तीव्र बनेको छ। प्रधानमन्त्री तथा मन्त्रपरिषद् कार्यालयले गठन गरेको कार्यदलले परियोजनासम्बन्धी कागजात र स्थलगत अवस्थाको अध्ययन सुरु गरेपछि परियोजनाको भविष्य खारेजीतर्फ उन्मुख रहेको भन्दै चिन्ता र चासो बढ्न थालेको छ।

करिव ३ अर्ब रूपैयाँ लगानीको उक्त केबलकार परियोजना निजी क्षेत्रको आइएमई पुष्पराज अर्थ बहाइएको हो। स्थानीय याक्जु (लिम्बु) समुदाय तथा विभिन्न संरक्षणकर्मीहरूले भने लामो समयदेखि यस परियोजनाले मुक्कुम्लुङको सांस्कृतिक, धार्मिक तथा प्राकृतिक महत्त्वमा असर पार्ने भन्दै विरोध जनाउँदै आएका छन्।

सरकार र आन्दोलनरत पक्षबीच निर्माण कार्य स्थगित गर्ने सहमति भए पनि निर्माण प्रक्रिया अर्थ बहाइएको आरोपपछि विवाद बध्न चर्किएको थियो। त्यसपछि प्रधानमन्त्री कार्यालयले परियोजनाका विभिन्न पक्षवारे अध्ययन गर्न कार्यदल गठन गरेको हो।

प्रारम्भिक अध्ययनका क्रममा वातावरणीय



प्रभाव मूल्यांकन, जग्गा खरिद/बिक्री प्रक्रिया तथा स्वीकृतिसम्बन्धी विषयमा केही प्रश्न उठेको बताइएको छ। यद्यपि यी विषयमा अन्तिम निष्कर्ष भने कार्यदलको प्रतिवेदनपछि मात्रै सार्वजनिक हुने अपेक्षा गरिएको छ।

उच्च सरकारी श्रोतका अनुसार कार्यदलले तोकिएको समयभित्र प्रतिवेदन बुझाएपछि सरकारले परियोजनाको निरन्तरता, संशोधन वा खारेजीलायत विकल्पवारे निर्णय गर्न सक्छ। साथै प्रक्रियागत कम्जोरी वा कानुनी उल्लङ्घन

पुष्टि भए सम्बन्धित पक्षमाथि आवश्यक कानुनी कारवाहीसमेत अघि बढाउन सकिने जनाइएको छ।

मुक्कुम्लुङ केबलकार विवाद अर्हिले केवल ताप्लेजुङको स्थानीय मुद्दा मात्र नभई विकास, सांस्कृतिक अग्रिकार, वातावरण संरक्षण र स्थानीय समुदायको सहभागितासम्बन्धी राष्ट्रिय बहसको विषय बनेको छ। अब सरकारको अन्तिम निर्णय र कार्यदलको प्रतिवेदनप्रति सबैको ध्यान केन्द्रित भएको छ।

## मनोरञ्जन

# फिल्म 'तीन तिघ्रे क्या बिग्रे' को निर्माण घोषणा



दमक / रघुजी फिल्मस्को ब्यानरमा निर्माण हुने फिल्म तीन तिघ्रे क्या बिग्रे को निर्माण औपचारिक घोषणा गरिएको छ। आइतबार सुर्यविनायक गणेश मन्दिरमा रिक्त पृष्ठा गर्दै निर्माणको घोषणा गरिएको हो। अमरदरौ पापकोटाको

लेखन एवं निर्देशन रहने फिल्म असार महिनाको अन्तिम सातादेखि छायांकनमा जानेछ। सांसारिकताबाट मुक्ति वा मुक्तिको विधि स्पष्ट गर्दैछ। प्राचीनकालमा योग, ध्यान र आयुर्वेदका माध्यमबाट मानसिक शान्ति एवम् स्थिरता र आरोग्यताको प्राप्ति हुन्थ्यो। योग दर्शनका प्रणेता

भूमिकामा देखिन लागेका छन्। यी दुवै कलाकार यो डेब्यु फिल्म हो। कमेडी जनरामा निर्माण हुने यस फिल्म पूर्ण मनोरञ्जनात्मक प्याकेजका रूपमा दर्शकमाफ रस्तुत हुने निर्देशक सापकोटाले बताए।

## स्वास्थ्य

# आधुनिक समाजमा योगको महत्त्व

योगले दुई वा दुईभन्दा बढी फाइदाहरू दिन्छ। आफ्नो र परमात्माबिचको योग, अर्थात् भौतिक अवस्थाबाट अमौक्तिकमा विलीन हुने अर्थ दिन्छ।

पतञ्जलिको योग दर्शन अनुसार, योग भनेको मनलाई चञ्चल हुनबाट रोक्ने वा मनलाई भटकन नदिने र केवल केन्द्रित राख्ने विधि हो।

योगका यम, निराम, आसन, प्रणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान र समाधि गरी आठवटा अंगहरू छन्, जसको अभ्यासले व्यक्तिलाई कैवल्य (मुक्ति) प्राप्त गराउँछ।

योग शब्दले अनेकानेक अर्थ बोकेको छ। सामाजिक व्यवस्थाका योगले दुई वा दुईभन्दा बढी फाइदाहरू दिन्छ।

मन दर्शनमा आत्मा र परमात्माबिचको योगको कुरा गर्दछ। मानिस भौतिक अवस्थाबाट अमौक्तिकमा विलीन हुने विधिको अर्थ दिन्छ। सांसारिकताबाट मुक्ति वा मुक्तिको विधि स्पष्ट गर्दैछ। प्राचीनकालमा योग, ध्यान र आयुर्वेदका माध्यमबाट मानसिक शान्ति एवम् स्थिरता र आरोग्यताको प्राप्ति हुन्थ्यो।

योग दर्शनका प्रणेता पतञ्जलिको अनुसार, योग भनेको मनलाई चञ्चल हुनबाट रोक्ने वा मनलाई भटकन नदिने र केवल केन्द्रित राख्ने विधि हो। योग दर्शनले मनलाई एकता गर्न र ईश्वरसँग विलीन गर्ने मार्गदर्शन गर्दछ। अर्थवेदमा योगशिवकृति निघण्टु अर्थात् मनमा

आउने विभिन्न विषयलाई रोक्ने अभ्यास गर्नु नै योग हो भनिएको छ। वैदिक शास्त्रहरूमा ६ वटा दर्शन प्रतिपादन गरिएका छन्। ती हुन्- सांख्य दर्शन, योग दर्शन, केशिक दर्शन, न्याय मीमांसा (पूर्वमीमांसा) र वेदान्त (उत्तर-मीमांसा) दर्शन। यद्यपि भारत वर्षमा यी प्रधान दर्शनहरूका अतिरिक्त संवर्द्धन संग्रहमा चार्वाक, बौद्ध, आर्हत, नकुलीया, पाशुपत, शैव, पूर्णेश्वर, रामानुज, पाणिनि र प्रथमिशा दर्शनको पनि उल्लेख पाइन्छ।

सांख्य दर्शनमा सुप्तिको उपरतिको क्रमको विस्तारपूर्वक विवेचन गरिएको छ। न्याय दर्शनमा युक्ति वा तर्क प्रणालीको बारेमा निकै विस्तारका साथ वर्णन गरिएको छ।



## सामान्य ज्ञान

- हालसम्म नेपालले कति पटक सार्क शिखर सम्मेलन आयोजना गरेको छ ?  
= ३ पटक
- २०० सिपाहिलाई २१ दिन पुग्ने रासन ३०० सिपाहिलाई कति दिन पुग्छ ?  
= १४ दिन
- आसियानको शिखर बैठक वार्षिक रूपमा आयोजना गर्ने निर्णय कहिले भयो ?  
= सन् २००९ बाट
- हालीको थारो भए विरालोको के ?  
= काठो
- वि स १९४७ साल श्रावण १२ गते के भएको थियो ?  
= वीर स्यतालको निर्माण
- साहित्यकार बासुदेब लुट्टेलाई के भनेर चिनिन्छ ?  
= भूतको भिनाज्यु
- विश्वमा दुईटा देशलाई पार गरेर मात्र समुद्री तटमा पुग्न सकिने देश (व्यपदभि बिल्मशिअपमन अयगलतबथ) कतिवटा छन् ?  
= २ (Lichtenstein and Uzbekistan)
- जनासंख्याको आधारमा सबैभन्दा ठूलो राष्ट्र कुन हो ?  
= चीन
- नेपालको हावाखोरी भन्नाले कुन पर्वतमाला लाई चिनिन्छ ?  
= माहाभारत पर्वत श्रेणी
- नेवारी भाषाको पहिलो पत्रिका कुन हो ?  
= पासा

## निःशुल्क आँखा शिविर : ५३ जनाले पाए नयाँ दृष्टि

भोजपुर / दुर्गम पहाडी भेगका नागरिकका लागि सामान्य स्वास्थ्य सेवा समेत सहज पहुँचमन्दा बाहिर रहेका बेला भोजपुरको अरुण गाउँपालिकामा सञ्चालन गरिएको बृहत निःशुल्क आँखा शिविरले दर्जनौं स्थानीयको जीवनमा नयाँ उज्यालो भरेको छ।

गाउँपालिकाको सहजीकरण तथा मेची आँखा अस्पतालको प्राविधिक सहयोगमा सञ्चालन भएको तीनदिने शिविरमाफर्क ५३ जना आँखाका बिरामीले सफल शल्यक्रिया सेवा प्राप्त गरेका छन्। स्थानीयवासीका अनुसार वर्षौंदेखि धमिलो दृष्टि र मोतियाबिन्दुको समस्याबाट पीडित रहेका धेरै ज्येष्ठ नागरिकले उपचारपछि पुनः स्पष्ट रूपमा देख्न थालेका छन्।

## विश्वकप विशेष

# जापानको शानदार जित

## कुरासाओको ऐतिहासिक अंक र जर्मनीको नकआउट यात्रा

एजेन्सी - फिफा विश्वकप २०२६ अन्तर्गत समूह 'ए' र 'ई' का खेलहरूमा जापान, कुरासाओ, इक्वेडर, जर्मनी र आइभरी कोस्टबीच रोचक नतिजा आएका छन्। जापानले ट्युर्निसियामाथि ४-० को प्रभावशाली जित निकाल्दै नकआउट चरण पुग्ने सम्भावना बलियो बनाएको छ भने समूह 'ई' मा जर्मनीले आइभरी कोस्टलाई २-१ ले पराजित गर्दै अन्तिम ३२ मा स्थान सुरक्षित गरेको छ। त्यस्तै, अर्को खेलमा कुरासाओले इक्वेडरसँग गोलरहित बराबरी खेल्दै ऐतिहासिक पहिलो विश्वकप अंक जोडेको छ।



मोक्सिकोको मोन्टेरेस्थित एस्टाडियो मोन्टेरेमा भएको समूह 'ए'को खेलमा जापानले सुन्दर नै दबाव बनाएको थियो। चौथो मिनेटमै दाइची कामाडाको गोलबाट अग्रता लिएको जापानले ३९औँ मिनेटमा आयासे उएदाको गोलबाट अग्रता दोब्बर बनायो। पहिलो हाफ २-० मा सकिएको खेलमा दोस्रो हाफमा पनि जापान हावी रह्यो। ६९औँ मिनेटमा जुन्या इतोले गोल थपे भने ८३औँ मिनेटमा उएदाले व्यक्तिगत दोस्रो गोल गर्दै ४-० को सहज जित सुनिश्चित गरे। यससँगै जापान विश्वकपको एक खेलमा चार गोल गर्ने पहिलो एसियाली राष्ट्र बनेको छ। ट्युर्निसियाले खेलभर एकपटक पनि सट अन टार्गेट गर्न सकेन र टोलीको प्रदर्शन निराशाजनक रह्यो। यो हारसँगै ट्युर्निसियाको यात्रा समूह चरणमै समाप्त भएको छ। जापान भने ४ अंकसहित दोस्रो स्थानमा उक्लिएको छ र अन्तिम खेलमा स्विडेनसँग भिड्नेछ।

इक्वेडरलाई गोल गर्नबाट रोके। ३७ वर्षीय रुमले टिम हावर्डको विश्वकपमा एक खेलमा १५ सेभ गर्ने कीर्तिमान बराबरी गरेका हुन्। इक्वेडरले २७ प्रहार गरे पनि गोल गर्न सकेन। यसअघि जर्मनीसँग ७-१ ले पराजित भएकै कारण कुरासाओले यो बराबरीसँगै आफ्नो पहिलो विश्वकप अंक जोडेको हो। इक्वेडर भने लगातार दुई खेलमा गोलबन्दीन बनेको छ र अब जर्मनीसँग निर्णायक खेल खेल्नेछ।

सोही समूहको अर्को खेलमा जर्मनीले आइभरी कोस्टलाई २-१ ले पराजित गर्दै नकआउट चरणमा स्थान बनाएको छ। आइभरी कोस्टका फ्रान्क केस्सिले पहिलो गोल गरे पनि जर्मनीका डेनिस उल्छामले दोस्रो हाफमा दुई गोल गर्दै खेल उल्टाए। इन्जुरी समयको चौथो मिनेटमा आएको निर्णायक गोलसँगै जर्मनीले रोमान्चक पुनरागमन जित वढाउने। यो जितसँगै जर्मनी समूह चरणको एक खेल बाँकी रहँदै अन्तिम ३२ मा पुगेको छ। आइभरी कोस्टको सम्भावना भने अझै जीवित छ, तर अन्तिम खेलमा जित अनिवार्य हुनेछ।

समूहमा यी खेलहरूले विश्वकपको समूह चरणलाई फन् रोमान्चक बनाएका छन्, जहाँ जापानको आक्रामक प्रदर्शन, कुरासाओको ऐतिहासिक प्रतिरोध र जर्मनीको पुनरागमन जित खेलमा उनले १५ उत्कृष्ट बचाउ गर्दै

# ५५ वर्ष उमेर हद र ३० वर्ष सेवा अवधि प्रस्ताव, निजामती सेवामा त्यापक फेरबदल

दमक । सरकारले अगाडि बढाएको संघीय निजामती सेवा विधेयकको समीक्षादेखि कर्मचारी प्रशासनमा व्यापक तरंग उत्पन्न गरेको छ। चालु आर्थिक वर्षभित्रै संघीय निजामती सेवा ऐन ल्याएर १५ हजारभन्दा बढी पुराना कर्मचारीलाई सेवाबाट विदा गर्ने नवारी भदौदेखि सेवा प्रदानमन्त्री बालेन्द्र शाह र राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टीका सभापति शिव लामिछानेबीच कार्यान्वयनको विधिबारे लिएर मतभेद देखिएको छ।

तहमा यसको प्रभाव बढी पर्ने देखिएको छ। हाल कार्यरत ५५ सचिवसभै ५२ तथा कोरिड ६ सय सहसचिवसभै १८९ जना तत्काल अर्काशमा जान सक्ने अवस्था रहेको सरकारी तथ्यांकले देखाएको छ।

पुराना कर्मचारी सुधार आवश्यक भए पनि त्यसका लागि संसदीय प्रक्रिया अवलम्बन गर्नुपर्ने पक्षमा छन्। उनका अनुसार यदि ठूलो संरचनात्मक परिवर्तन विधि र पद्धतिअनुसार संसदबाट एन बनाएर लागू गरिनुपर्छ। यद्यपि माथिल्लो तहका कर्मचारी व्यवस्थापन र प्रशासनिक सुधारको विषयमा भने उनी पनि संरचनात्मक रहेको बताइन्छ।

सरकारले पुराना सरचना र कार्यशैलीबाट अपेक्षित परिणाम प्राप्त नभएको निष्कर्ष निकाल्दै प्रशासनिक सुधारको नाममा कर्मचारी संख्या घटाउने नीति अघि सारेको देखिन्छ। मन्त्रालयको संख्या घटाउने, विभिन्न सरकारी निकाय पुनर्संरचना गर्ने तथा अनावश्यक दरबन्दी काटौती गर्ने योजनासमेत समानान्तर रूपमा अघि बढाइएको छ।

यसैबीच, सम्भावित कानुनी परिवर्तन र पेन्सन व्यवस्थामा हुन सक्ने असरलाई ध्यानमा राख्दै केही कर्मचारीहरूले स्वेच्छिक रूपमा राजीनामा दिन थालेका छन्। विभिन्न मन्त्रालयका सहसचिव, उपसचिव र शाखा अधिकृतहरूले राजीनामा दिइसकेको तथा थप कर्मचारीहरू सामूहिक रूपमा अर्काश वा राजीनामाको विकल्पवारे छलफलमा रहेको तथ्यांकले दावी छ।

शिक्षा मन्त्रालयसहित केही निकायका कर्मचारीहरूले नयाँ व्यवस्था लागू हुनुअघि नै सेवाबाट बाहिरिने विकल्पवारे गम्भीर छलफल गरिरहेको बताइएको छ।

**राष्ट्रिय**  
२०२३ साल  
असार ०८ गते  
सोमबार  
22 June, 2026  
तिथि: २०८०

**ज्यो. लक्ष्मी प्र. टाकाल**  
टाकाल टाकाल टाकाल टाकाल  
असार ०८ गते सोमबार  
२०२३ साल  
२२ June, 2026  
तिथि: २०८०

<b>मेघ</b> उ धे लो सा लि लै लो अ आलनबलगा वृद्धि । स्वास्थ्यका सुधार ।	<b>कब्र</b> दि हु र हा डा डि डु डो मात्स्जेह प्राप्त । मुक्तिबाट फाइदा ।	<b>तुला</b> रा र र रा ता ती तु त दापत्य सुख । आयला पुष्टि ।	<b>मकर</b> भो जा जी खि खि खो ना नी मित्र मिलन, शिक्षा साफलता । गृह कारोबारमा फाइदा ।
<b>बुध</b> इ उ ए जो वा वि वु वे वो परिवारका कलत्र । व्यर्थता घन सर्ष ।	<b>शिश्र</b> सा मि सु मे मो दा टि टु ट्टे विद्याजनको संगत । सकारात्मक सोचका पुष्टि ।	<b>वृश्चिक</b> तो बा नि तै ने तो वा वि वु कारोबारमा फाइदा । शत्रु पराजय ।	<b>कुम्भ</b> बै मे जो सा ती सै लो द आयोजना शुद्धि । आतु सुख ।
<b>मिथुन</b> को कि कु ध ड ङ के को हा पराक्रम बढ्ने । काठका सामानबाट फाइदा ।	<b>ज्या</b> दो य बी दै व ण ङ पे पो शत्रुको अन्ध यत्ने । शरीरमा पीडा ।	<b>धनु</b> य यो भा भी भ ध फा ड मे सन्तानबाट सुखयोग । धर्मकर्ममा सहयोग ।	<b>मीन</b> दि द ध भ ङ ज ड दो चा ची दत्ता लाभ । मनोबल बढ्ने ।

