जि.प्र.का.झापा द.नं.६९। ०५७।०५८

सत्यता, स्वतन्त्रता र निष्पक्षता हाम्रो प्रतिबद्धता

राष्ट्रिय दैनिक

पूर्वसन्देश

PURBA SANDESH NATIONAL DAILY

purbasandesh.com

❑ वर्ष-२१ ❑ अंक - १८५ ❑ २०८३ असार ३० गते मंगलबार ❑ Tuesday, 14 July, 2026 ❑ मूल्य ७ /-

गुलियो राजनीति र दर्शनको समाजवाद (३)

सत्येन्द्रलाल कर्ण
lalsatyendra1959@gmail.com

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

ठुलो ट्याङ्कीमा कम्प्रेसर प्रविधियुक्त

झापा सेफ्टी ट्याङ्की तथा ढल सरसफाई

दमक :
देवीप्रसाद सिटौला
(९८४२७६०२६५/९८२४९७९१८५)

बिर्तामोड:
राजकुमार श्रेष्ठ
९८०६०१०४१०

२१३ औं भानु जन्मजयन्तीमा दमक प्रज्ञा प्रतिष्ठानले गर्‍यो स्मरण

'भानुको योगदान अतुलनीय'

बिमल लामिछाने

दमक/ देशभर विविध कार्यक्रमको आयोजना गरी २१३ औ भानु जन्मजयन्ती मनाइएको छ । यसैविच दमक नगरपालिका मातहातमा रहेको दमक प्रज्ञा प्रतिष्ठान, दमक झापाले विशेष समारोहको आयोजना गरी भव्य रूपमा भानु जयन्ती मनाएको छ ।

सोमबार दमकस्थित गोरखा डिपार्टमेन्टको सभाहलमा आयोजित समारोहमा भानुको साहित्यिक योगदानको चर्चासहित स्मरण गरिएको हो ।

कार्यक्रमका प्रमुख अतिथि दमक नगरपालिका प्रमुख रामकुमार थापाले आदिकवि भानुभक्त आचार्यको योगदानले नेपाली भाषा, साहित्य र राष्ट्रिय पहिचानलाई समृद्ध बनाउन महत्वपूर्ण भूमिका खेलेको बताए । उनले दमक प्रज्ञा प्रष्ठिानले दमकको साहित्य तथा कलालाई जोगाउन महत्वपूर्ण भूमिका खेल्दै आएको भन्दै प्रशंसा गरे । उनले प्रतिष्ठानलाई दमक नगरपालिकाले संरक्षण गर्दै आएको र आगामी दिनमा पनि साहित्य, कला र संस्कृतिको जगेर्ना गर्न नगरपालिकाको भूमिका महत्वपूर्ण रहने प्रतिबद्धता ब्यक्त गरे ।

कार्यक्रममा आदिकवि भानुभक्त आचार्यको योगदान विषायक कार्यपत्र प्रश्तुत गर्दै प्रतिष्ठानका पूर्व अध्यक्ष हेम अधिकारीले संस्कृत भाषामा रहेको रामायणलाई सरल नेपाली भाषामा अनुवाद गरी भानुभक्तले नेपाली भाषाको विकास तथा साहित्यलाई जनसाधारणसम्म पुऱ्याउन उल्लेखनीय योगदान दिएको बताए । उनले रामायण र बधुशिक्षाको महत्व आजको समाजमा पनि उतिनै रहेको भन्दै आचरण र संस्कार पूर्वजबाट सिक्नुपर्ने तर्क पेश गरे । रामायणको प्रशंग स्मरण गर्दै उनले भने-'हाम्रो समाजमा आमा, दिदी र भाउजुप्रतिको झुकावले साँस्कृतिक र नैतिक शिक्षाको भाव ब्यक्त गर्छ, तिहारको देउसीले पनि त्यही सन्देश दिएको छ ।'

कार्यक्रमका अध्यक्ष रहेका प्रा.डा. गोपाल भण्डारीले भानुभक्तको 'नेपाली भाषाको रामायण, वधुशिक्षा, प्रश्नोत्तरी, भक्तिमाला र रामगीता लगायत कृतिले नेपाली साहित्यलाई समृद्ध बनाएको विचार ब्यक्त गरे ।

प्रतिष्ठानका सचिव जयबहादुर श्रेष्ठले कार्यक्रममा सम्मानित स्रष्टाहरूको परिचय र ब्यात्तित्वका विषयमा प्रष्ट पारेका बाँकी ४ पेजमा ▸▸

भानु जन्मजयन्तीमा पाँच स्रष्टा सम्मानित

दमक प्रज्ञा प्रतिष्ठान, दमक झापाले दमकका पाँच स्रष्टालाई सम्मान गरेको छ । २१३ औ भानु जन्मजयन्तीको सन्दर्भ पारेर प्रतिष्ठानले विभिन्न विधामा योगदन पुर्‍याउने दमकका पाँच स्रष्टालाई सम्मान गरेको हो । सम्मानित हुनेहरूमा छविलाल शर्मा सिटौला, मेघराज तिम्सिना, दक्षराज शर्मा दाहाल, खेमलाल पोखरेल र गणेशमान धिमाल रहेका छन् । सम्मानित ब्यात्तित्वहरूलाई जनही २१ हजार नगद, ताम्रपत्र र दोसल्ला ओढाएर सम्मान गरिएको थियो ।

कोशीमा पर्यटनलाई प्राथमिकता

दमक/ कोशी प्रदेशका मुख्यमन्त्री हिक्मत कार्कीले कोशीमा पर्यटनलाई प्राथमिकता दिने बताएका छन् । प्रदेश सरकारले आगामी साउन महिनादेखि २०८५ सालसम्मलाई 'कोशी भ्रमण वर्ष' का रूपमा मनाउने लक्ष्य राखेको बताए ।

कोशी प्रदेश योजना आयोगले प्रदेशको पर्यटन विकासका लागि गुरूयोजना निर्माणको प्रक्रिया सुरू गर्दै पर्यटकीय गन्तव्य छनोटका १८ वटा विशेष मापदण्डमाथि सरोकारवाला हरूसँग छलफल कार्यक्रममा उनले यस्तो बताएका हुन् ।

यसअघि २०८२ लाई भ्रमण वर्ष मनाउने तयारी गर्दा ८२ वटा गन्तव्य छनोट गरिएको भए पनि, अब बन्ने नयाँ गुरूयोजनामा भने संख्याभन्दा गुणस्तरमा ध्यान दिइने उनले प्रष्ट पारे । उनका अनुसार, अब २० वा त्यसभन्दा बढी मुख्य गन्तव्य छनोट गरी त्यहाँ पूर्वाधार, सुरक्षा र सबै प्रकारका आधुनिक सुविधाहरु पुऱ्याएर 'मोडल' गन्तव्यका रूपमा विकास गरिने भनिएको थियो । यदि प्रतिस्पर्धामा उत्कृष्ट गन्तव्यहरु बढी आएमा २५ वटासम्म छनोट गर्न सकिने लचकता समेत सरकारले राखेको छ ।

कार्यशालालाई सम्बोधन गर्दै कार्कीले नेपालको आर्थिक समृद्धिको सबैभन्दा भरपर्दो र महत्वपूर्ण आधार पर्यटन मात्र भएको बताए । ऊर्जा, खानी, कृषि र उद्योगका आˆ नै महत्व भए तापनि छिटो प्रतिफल र दिगो आर्थिक विकासका लागि पर्यटन नै प्रमुख क्षेत्र रहेको उनको दाबी थियो । छलफलमा सहभागी झण्डै एक दर्जन समूहहरूले लिखित सुझाव दिंदै पर्यटन क्षेत्रमा सुरक्षाको ग्यारेन्टी र पूर्वाधार विकासलाई पहिलो सर्त बनाउनुपर्ने बताए । समूह लिडरको रूपमा सुझाव पेस गर्दै प्रदेशसभा बाँकी ४ पेजमा ▸▸

सरस्वती माविलाई लुम्बिनी बैंकको सहयोग

दमक/ दमक २ स्थित सरस्वती माध्यमिक विद्यालयलाई लुम्बिनी विकास बैंकले सामाजिक सेवा उत्तरदायित्व कार्यक्रम अन्तर्गत एउटा ६५ इन्च ४ के इन्टर्याक्टिभ स्मार्ट बोर्ड सहयोग उपलब्ध गराएको छ ।

सोमबार विद्यालयमा आयोजित कार्यक्रमका विच उक्त स्मार्टबोर्ड हस्तान्तरण गरिएको हो । बैंकका दमक शाखा प्रमुख राम नारायण शाहले बैंकले सामाजिक क्षेत्रमा सहयोग गर्ने अवसर प्रदान गरेकोमा खुशी व्यक्त गर्दै शिक्षाको उन्नयनमा स्मार्ट बोर्ड उपयोगी हुने विश्वास व्यक्त गरे । दमक २ का वडाध्यक्ष प्रजापति सापकोटाको उपस्थितमा बैंकको तर्फबाट विद्यालयलाई स्मार्ट बोर्ड हस्तान्तरण गरिएको बताइएको छ । वडाध्यक्ष सापकोटाले यस क्षेत्रको शैक्षिक विकासमा स्कुलको प्रगति प्रशंसनीय रहेको र लुम्बिनी बैंकको सहयोग उपलब्धिपूर्ण हुने भन्दै दाता संस्थाप्रति आभार ब्यक्त गरेका छन् ।

कार्यक्रममा विद्यालयका अध्यक्ष रमेश गुरागाईंले डिजीटल र स्मार्ट सिकाइको दृष्टिले स्मार्ट बोर्ड विद्यालयको लागि अति आवश्यक रहेको विषयलाई बैंकले आत्मसात गरेको बताए । कार्यक्रम प्रधानाध्यापक प्रेम बहादुर पाण्डेले सञ्चालन गरेका थिए ।

पूर्णखोप सुनिश्चित प्रदेश घोषणा

दमक/ कोशी प्रदेश पूर्ण खोप सुनिश्चित प्रदेश घोषणा गरिएको छ। सोमबार विराटनगरमा आयोजित एक कार्यक्रममा कोशी प्रदेशका मुख्यमन्त्री हिक्मत कुमार कार्कीले कोशी प्रदेशका ११५७ वडा, १३७ पालिका र १४ वटा जिल्ला पूर्ण खोप सुनिश्चित घोषणा भएपछि कोशी प्रदेशलाई पूर्ण खोप सुनिश्चित प्रदेश घोषणा गरे।

कार्यक्रममा संघीय स्वास्थ्य मन्त्रालयका प्रतिनिधिले कोशी प्रदेशको स्वास्थ्य मन्त्रालयका सचिव डा. यदुचन्द्र घिमिरेलाई पूर्ण खोप सुनिश्चित प्रदेशको प्रमाणपत्र प्रदान गरेका थिए। सो कार्यक्रममा मुख्यमन्त्री कार्कीले प्रदेश संरचनालाई जनताको आवश्यकता पूरा गर्ने माध्यम बनाउन स्वास्थ्यकर्मी हरूलाई आग्रह गरे।

कोशी प्रदेशलाई पूर्ण खोप सुनिश्चित गर्न प्रत्येक वडामा खोज र खोप अभियान सञ्चालन गरिएको र यसक्रममा ११० जना बालबालिका कुनै पनि खोप नलगाएको बाँकी ४ पेजमा ▸▸

लागुऔषधसहित पाँच जना पक्राउ

दमक/ प्रहरीले गाँजा र ब्राउन सुगरसहित लागुऔषध ओसारपसार गर्ने पाँच जनालाई सोमबार पक्राउ गरेको छ । कार्यालयका प्रवक्ता एवं वरिष्ठ प्रहरी उपरीक्षक योगेन्द्रसिंह थापा अनुसार, गौरादह नगरपालिका-१ का २६ बर्षीय बिशाल राई र उमेश राजवंशीलाई ब्राउन सुगरसहित पक्राउ गरिएको छ ।

यसैगरी, संखुवासभा खाँदबारी नगरपालिका-५ का ७० वर्षीय भीमबहादुर तामाङलाई उनकै घरबाट लुकाईछिपाई राखिएको गाँजासहित नियन्त्रणमा लिएको थियो । त्यसैगरी, दुहबीबाट खटिएको प्रहरी टोलीले मोरङको धनपालथान गाउँपालिका-१ का जमालउद्दीन मिया र इमदाद मियालाई ब्राउन सुगरसहित नियन्त्रणमा लिएको जनाएको छ ।

सामानसहित पिकअप नियन्त्रणमा

मेचीनगर/ सशस्त्र प्रहरीले मेचीनगरको जोरसिमलमा लाखौको स्टेशनरी सामानसहित एउटा पिकअप नियन्त्रणमा लिएको छ । मेचीनगर ७ जोरसिमलमा सशस्त्र प्रहरी बल, नेपाल सीमा सुरक्षा गुल्म, सशस्त्र प्रहरी सहायक निरीक्षक कृष्णबहादुर डाँगीको कमाण्डमा खटिएको ९ जनाको चेकप्वाईन्ट टोलीले सवारी साधन चेकजाँच गर्ने क्रममा प्रदेश नं.१-०१-००११ च ९८४२ नं. को पिकअपमा भारतबाट अवैध रूपमा भन्सार छली नेपालतर्फ ल्याउँदै गरेको अवस्थामा पक्राउ गरेको हो । ड्युटीलाई देखेर पिकअप छाडी चालक फरार भएका थिए ।

पिकअपमा अन्दाजी ३ लाख मूल्यको स्टेशनरी सामान र पिकअपको अन्दाजी मूल्य .५ लाख गरी जम्मा ८ लाख बराबरको गाडी र सामान नियन्त्रणमा लिई मेची भन्सार कार्यालय काँकरभिट्टाको गोदाममा राखिएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय झापाले जनाएको छ ।

किसानलाई हाते ट्याक्टर

पाँचथर/ *किसानको आवश्यकतालाई ध्यानमा राखेर फाल्गुनन्द गाउँपालिकाले कृषिमा यान्त्रिकीकरणलाई प्राथमिकता दिन भन्दै चालु आर्थिक वर्ष २०८२/८३ मा ६२ जना किसानलाई हाते ट्याक्टर वितरण गरेको छ । गाउँपालिकाले ५० प्रतिशत अनुदानमा किसानलाई हाते ट्याक्टर उपलब्ध गराएको हो । वितरण गरिएका हाते ट्याक्टरको कुल मूल्य ३१ लाख रूपियाँ रहेको गाउँपालिकाले जनाएको छ । प्रतिगोटा हाते ट्याक्टरको मूल्य ५० हजार रूपियाँ रहेको कृषि शाखा प्रमुख सुगम घिमिरेले जानकारी दिए ।*

गाउँपालिका अध्यक्ष बृजहाङ आङदेम्बेका अनुसार किसानहरूले वडा कार्यालयमार्फत पेस गरेको मागका आधारमा गाउँपालिकाका सात वटा वडाका लाभग्राही किसानलाई खेत जोत्ने हाते ट्याक्टर वितरण गरिएको हो ।

गाउँपालिकाले एकमुष्ट बाँकी ४ पेजमा ▸▸

मधेशमा हात्तीको त्रास बढ्दै

दमक/ सप्तरीको अग्नीसाइर कृष्णासवरन गाउँपालिकाका विभिन्न बस्तीमा एक सातादेखि जारी जंगली हात्तीको उपद्रोले स्थानीयवासी त्रसित बनेका छन्। सो पालिकाको वडा नं. १ बेहराचाँपस्थित सुकुमवासी बस्ती तथा वडा नं. ६ अन्तर्गत मोहनपुर, भुजेलटोल, रतवला र उत्तरबस्ती क्षेत्रमा हात्तीको बथानले घरमा तोडफोड, अन्नपात नष्ट तथा बालीनालीमा व्यापक क्षति पुऱ्याएको छ।

स्थानीयका अनुसार २२ वटाभन्दा बढी हात्तीको समूह दिनभर नजिकैको वन क्षेत्रमा बस्ने र साँझ पर्नासाथ गाउँ पस्ने गरेको छ। हात्तीले घरका झ्याल, टाटी, भान्साघर भत्काउनुका साथै धान, चामल, मकैलगायत खाद्यान्न खाइदिने र खेतबारीमा लगाइएको बालीसमेत नष्ट गरिरहेको छ।

मालपोत, एकीकृत सम्पत्तीकर, व्यवसाय कर र बहालकर बुझाउने बारे दमक नगरपालिकाको सूचना

यस नगरपालिका लाई चालू आ.ब. २०८२।०८३ को असार मसान्त भित्र बुझाउनु पर्ने मालपोत, एकीकृत सम्पत्तीकर, व्यवसाय कर र बहालकर लगायतका करहरु समयमा नै सम्बन्धित वडा कार्यालय तथा यस कार्यालयमा बुझाई जरिवाना तिर्न बाट जोगिनु हुन सम्बन्धित सवै करदाता महानुभावहरुमा दमक नगरपालिका हार्दिक अनुरोध गर्दछ ।

दमक नगरपालिका
राजस्व प्रशासन शाखा

सम्पादकीय

चुनौति बन्दै बाढी र डुवान

पहाडी जिल्लामा पहिरो र तराइका जिल्लामा डुवान वर्षेनी आइरहने समस्या बनेका छन् । यो निको नहुने घाउ जस्तै बनेको छ । हरेक वर्ष यस क्षेत्रका बासिन्दाले विपद्को सामना गर्नुपरिनै रहेको छ । पहाडी जिल्लाहरुमा पहिरोका कारण सडक सञ्जाल अवरूद्ध भइरहेका खबर आइरहँदा तराईका कनकाई, विरिङ, रतुवा, र मावा जस्ता वर्षायाममा उग्र रूपधारण गरेर बन्ने खोलाहरुमा बाढी आइसकेको छ । यो प्रारम्भिक संकेत मात्र हो, तर यसले दिन खोजेको चेतावनी निकै ठूलो छ, हामी थप जटिल प्राकृतिक संकटको सँघारमा छौँ र अबको केही दिन हाम्रा लागि निकै चुनौतीपूर्ण हुनेछन् ।

विगतका वर्षहरुमा कोशी नदीले मच्चाएको वितण्डा र त्यसले निम्त्याएको अपूरणीय जनधनको क्षति अझै पनि नेपाली मानसपटलमा ताजा छ । जब-जब मनसुन पूर्वतर्फ सक्रिय हुन्छ, तब-तब पूर्वी तराई र पहाडका नागरिकमा त्रास बढ्न थाल्छ । प्रकृतिको यो चक्र नियमित भए पनि यसबाट सिर्जित हुने विपद् र त्यसको व्यवस्थापनमा देखिने फितलोपन भने पुरानै नियति हो ।

विगतका दुःखद इतिहास यो वर्ष पनि नदोहोरिएला भन्न नसकिने भएकाले यस घडीमा राज्यका तीनै तहका सरकार, सुरक्षा निकाय र आम नागरिकको पूर्ण सजगता र सक्रियता अपरिहार्य भइसकेको छ ।

यस संवेदनशील समयमा विपद् व्यवस्थापनका लागि परम्परागत शैलीभन्दा माथि उठेर द्रुत र प्रभावकारी कदम चाल्नुको विकल्प छैन । जल तथा मौसम विज्ञान विभागको पूर्वानुमान र नदीहरुको जलसतह मापन गर्ने प्रणालीलाई चौबीसै घण्टा चुस्त राख्दै जोखिमयुक्त क्षेत्रका बासिन्दासम्म समयमै जानकारी पुऱ्याउन ढिलाइ गरिनु हुँदैन ।

बाढी र पहिरोको उच्च जोखिम भएका स्थानहरुमा सुरक्षा निकायलाई हाई अलर्टमा राख्ने, आकस्मिक उद्धारका लागि आवश्यक सामग्री र राहतको भण्डारण बेलैमा गर्ने तथा रणनीतिक सडक खण्डहरुमा भारी मेसिनरी उपकरणहरु तैनाथ गरी अवरूद्ध सडक तत्काल खुलाउने प्रबन्ध मिलाउनु आवश्यक छ । सिंहदरबारको अधिकार गाउँमा पुगेको आभास गराउने मुख्य कडी स्थानीय सरकार नै भएकाले जोखिमपूर्ण क्षेत्र पहिचान गरी नागरिकलाई सुरक्षित आश्रयस्थलमा स्थानान्तरण गर्ने नेतृत्व स्थानीय तहले तत्काल लिनुपर्छ ।

प्राकृतिक विपद्लाई रोक्न मानवीय शक्तिका हिसाबले असम्भव जस्तै हुन्छ, तर सही पूर्वतयारी, सचेतना र समयमै गरिने व्यवस्थापनले यसबाट हुने मानविय र भौतिक क्षतिलाई भने पक्कै पनि न्यूनिकरण गर्न सकिन्छ । मनसुनको यो सक्रियतालाई केवल मौसमी परिवर्तनका रुपमा मात्र हेरेर बस्ने छुट अब कसैलाई छैन । विगतका गल्तीबाट पाठ सिकेर यो वर्ष विभिन्न नदीहरुको सम्भावित वितण्डा रोक्न सक्रियतापूर्वक पूर्वतयारीमा जुट्नु नै अहिलेको आवश्यकता हो ।

"आफ्नो कर्ममा लागिरहनु नै धर्म हो"

महाभाररतमा भनिएको छ कर्ममा लागिरहनु, उदारता, दण्ड, सत्य, दान धर्म हो । यसको अर्थ धारण गर्न योग्य हुन्छ । यसैले धर्म निभाउनु पर्छ । अर्को शब्दमा सनातन धर्मको ग्रन्थमा धर्मको बारेमा भनिएको छ । मानिसले अर्धम छाडेर धर्मको बाटो हिंड्न पर्छ । धर्म शब्दको अर्थ धेरै किताबमा धेरै थरिका पाइन्छ । महाभारतमा आफ्नो कर्ममा लागि रहनु नै निश्चित रुपमा धर्म भनिएको छ । जो धारण गर्न योग्य छ त्यसैलाई धर्म भनिन्छ ।

यति भन्दा मानिसको मनमा प्रश्न उठ्न सक्छ कि धारण गर्न योग्य के हुन् ? धारण गर्न योग्य भन्नाले जुन कुराले समाजको हित गर्छन् । राम्रा मासिनसले असभ्य समाजको कल्पना गरेको सुन्दा पन डराउछन् । असभ्य समाजमा सबै जना झुटा बोल्नेछन्, कसैको मद्दत कसैले गर्नैछन्, पढाई मन गर्दैनन् र अज्ञानी बन्नेछन् त्यसैले धर्म त त्यो हो जुन कुरा समाजको लागि धारण गर्न योग्य छनु, तीनिहरुलाई अनुसरण गर्नु ।

धर्मको प्रकार: धर्मको २ प्रकार छन् । आत्मा र शरीर । हामी आत्मा हौं तर कर्म गर्नलाई शरीर चाहिन्छ । आत्मा र शरीर २ हुन् यसैले २ प्रकारका धर्म हुन्छन् । मन नै सबै मानिसका बन्धन जा मोक्षको प्रमुख कारण हो । यसैले मनद्धारा कर्म हुन्छ । अतः २ प्रकारका धर्मका धारण मनले गर्नुपर्छ ।

आत्मा: आत्माको लागि केवल भगवान धारण गर्न योग्य हो । परआत्मा, आत्मा र माया ३ तत्व हुन् ।

शरीर: को धर्म हो माया धारण गर्न । शरीर केवल माया धारण गर्न योग्य हुन्छ । शरीर संसारको अंश मायाबाट बनेको छ ।

हामी आत्मा हौं शरीर होइनौं । यसैले हाम्रो मुख्य धर्म आत्माले भक्ति गर्नु हो । तर भक्ति गर्नलाई एक स्वस्थ्य शरीर एवं भक्तिको अनुकुल समाजको आवश्यकता पर्छ । अतः वर्णाश्रम धर्म धर्म हो र यसलाई ठिक पालन गरेर राम्रो समाज बन्नेछ, जसमा सबै व्यक्ति उपासना गरेर जीवन सफल बनाउनेछन् ।

गुलियो राजनीति र दर्शनको समाजवाद

सत्येन्द्रलाल कर्ण
lalsatyendra1959@gmail.com

> समाजवाद युद्धको आवाज पनि हो र युद्धको विरोध पनि हो । यो भयानक क्रान्ति पनि हो र यो राम्रो क्रान्ति पनि हो र संक्षेपमा समाजवाद नै सबै थोक हो । यसको उच्चारण नगरिकन कुनै पनि राजनीतिक व्यवस्थाले देशको अर्थतन्त्रलाई दिगो र समुन्नत बनाउन सक्दैन ।

विश्वमा समाजवाद भन्ने शब्दको व्यापक प्रचलन सोभियत रूसमा सन् १९१७ मा लेनिनको नेतृत्वमा भएको बोल्सेभिक सांस्कृतिक क्रान्तिको सफलता पछि मात्र प्रारम्भ भएको मानिन्छ । कार्ल मार्क्स द्वारा प्रतिपादित कम्युनिस्ट मेनिफेस्टोको प्रकाशन पछि विश्व भरि नै समाजवाद प्रतिको धारणामा परिवर्तन हुँदै गए पछि गरिबहरूको हक अधिकारको लागि बुर्जुवा,सामन्त र पुँजीवादी सत्ता विरूद्ध उभिने र पुँजीवादी सरकार र सरकारका भेदभाव मुलक कार्यहरूलाई रोक्नका लागि समाजवाद शब्दलाई राजनीतिक र आर्थिक दर्शनको रूपमा स्वीकार गरिएको परम्परा रहँदै आएको छ ।

जब देशको राजकीय सत्ता माथि सर्वहारा वर्गको अधिनायकत्व स्थापित हुन्छ तब देशमा समाजवाद आउँछ र त्यसपछि देशमा सबै नागरिक समान बन्दछन् र कोही कसैको पनि शोषण गर्दैन तथा दास हुँदैन भन्ने मान्यता र परम्परा बाट प्रेरित कम्युनिस्ट दर्शनले हिंसाको माध्यमबाट राज्यसत्ता माथि नियन्त्रण गर्ने विचारले नै कम्युनिस्ट दर्शनलाई शक्तिशाली बनाउन पुग्यो र पछि त्यही शक्ति कम्युनिस्ट दर्शनको कमजोरी पनि बन्न पुग्यो, जुन कारणले गर्दा कम्युनिस्ट दर्शनले संसारमा कार्ल मार्क्सले भनेजस्तो कम्युनिस्ट शासनतन्त्र खडा गर्न नसके पनि समाजवाद भन्ने शब्द लाई कम्युनिस्ट र गैर कम्युनिस्ट सबै विचारधाराहरूमा जानी वा नजानिकन पनि प्रवेश गराउन सफल भयो ।

परिणामस्वरूप सच्चा समाजवादी व्यक्तिलाई खोज्न कठिन हुँदै गयो। अहिले झुर पुँजीवादी राष्ट्रहरूले पनि आफूलाई समाजवादी मुलुक भन्न अलिकति पनि अप्ठ्यारो मान्दैन। राजतन्त्र, सैनिक तन्त्र, तानाशाही तन्त्र, कम्युनिस्ट तन्त्रमा उत्तराधिकार क्रममा शासनसत्ता उत्तराधिकारीहरूको हातमा जाँदै छ । नेपालकै सेरोफेरोमा जति पटक संविधान फेरिए पनि समाजवाद भन्ने शब्द नेताहरूलाई मन पराउने शब्द भएकोले घुमाई फिराई संविधान भित्र प्रवेश गराइएको छ। अहिले नेपालको संविधान समाजवाद उन्मुख संविधान रहेको छ । तर सरकारले न त सबैलाई रोजगारीको ग्यारेन्टी दिन सकेको छ न त सबैको घरमा सित्तैमा दाल भात तरकारी र घिउ पुर्याइदिन व्यवस्था मिलाउन सकेको छ ।

देशमा समता समानता र सौहार्द्रताको खडेरी पर्ला जस्तो भइसक्दा पनि राजनीतिमा हालीमुहाली गर्नेहरूलाई त्यसको लागि कुनै चिन्ता वा पिर भई रहेको देखिदैन । जनता भोकभोकै बस्ने पनि यही छन्, घिउ खाएर बस्ने पनि यही छन् । देशको सम्पत्ति स्वाहा गर्ने पनि यही छन्, देशको सम्पत्ति लाई बाँडचुड गरेर खाने पनि यही छन्। समाजवाद उन्मुख राष्ट्रको अर्थतन्त्रले यी सबै कुराहरूलाई उदरस्थ गरिसकेको छ तर पनि नेपालको संविधानमा समाजवाद शब्द जीवित नै छ ।

योजना बिना समाजवादको सपनालाई पूरा गर्न सकिँदैन । भारतमा कम्युनिस्ट विचारधाराका संस्थापक विद्वान नम्बुदरी पाद ले अत्यन्त सादगीपूर्ण जीवन बाँचेर आ ̂नो संस्कृति लाई सम्मान गर्ने गरी समाजवादी विचारधाराको प्रचारप्रसारमा जीवनभरि लाग्नुभयो । भारतमा गान्धीवादी समाजवादका प्रवर्तक जयप्रकाश नारायणले आफ्नो सम्पूर्ण सम्पत्ति जनतालाई दान गरी जीवन भरि कुनै पद प्रतिष्ठा र सम्मानको पद समेत धारण नगरी निस्वार्थ रूपमा जनताको अधिकारको लागि संघर्ष गर्दै बिताउनुभयो ।

भारतमा समाजवादलाई सघाउने समाजवादी विचारक डाक्टर राम मनोहर लोहिया जीवनभर गरिबहरूको पक्षमा लागेर राजनीति गर्नुभयो तर जीवनमा कहिले पनि रिक्सामा चढ्नु भएन। रिक्सामा चढ्दा गरिबहरूको पसिनामाथि शोषण हुन्छ भनेर उहाँ रिक्सा चढेर जाने ठाउँमा पैदल हिँडेर गन्तव्यमा पुग्नुहुन्थ्यो र संसदमा गरिबहरूको पक्षमा आवाज उठाउनुहुन्थ्यो । डाक्टर राम मनोहर लोहियाले सोचेको समाजवाद आज भारतमा धेरै हदसम्म सफल हुँदै गएको मान्न थालिएको छ किनभने भारतमा सरकारले निरपेक्ष गरिबीका रेखामुनि रहेका सबै नागरिकहरूको लागि भेदभाव रहित तरिकाले खान लाउन बस्न स्वास्थ्य उपचार गराउन शिक्षा हासिल गर्न लगायतका अधिकांश सुविधाहरू निःशुल्क रूपमा उपलब्ध गराइरहेको अवस्था छ । दुनियाका इने गिनेका देशहरूमा कम्युनिस्ट समाजवादी शासन व्यवस्था छ तर त्यहाँ जनताको मानव मूल्य र अधिकार लगायतका कुराहरूमा जनताले बोल्न पाइरहेका छैनन् ।

चीन, उत्तर कोरिया जस्ता मुलुकहरूमा राज्यले नै देशको उपयोगितामाथि शासन चलाइरहेको छ। वस्तु र सेवाहरूको उत्पादन भएपछि त्यसको उपयोगितामाथिको अधिकार उपभोक्तामा जानुपर्नेमा त्यहाँ गम्भीर प्रश्न चिन्ह खडा भइरहेको देखिन्छ । आज पुरै संसार निजीकरण उदारीकरण ग्लोबलाइजेसन स्वतन्त्र व्यापार लगायतका वैश्विक व्यापारिक नीतिहरूमा हिँड्न थालेपछि समाजवाद आफैमा पनि अन्योलमा पर्न लागेको देखिन्छ । जनताको जीवनस्तरमा जतिजति सुधार हुँदै जान्छ त्यति त्यति नै समाजवादको उद्देश्य लक्ष्य र सपना पूरा हुँदै जान्छ ।

समाजवाद त्यो आन्दोलन हो जसको उद्देश्य सबै प्राकृतिक तथा मानव निर्मित उत्पादनका साधनहरूको स्वामित्व र प्रबन्धन माथि समाजको अधिकार स्थापित गर्दछ तथा व्यक्तिगत व्यवसाय तथा उपभोग सम्बन्धी स्वतन्त्रतालाई नियन्त्रण गरी राष्ट्रिय आय को वितरणमा समानताको सिद्धान्तको प्रयोग गर्दछ । नेपालमा बीपी कोइरालादेखि मनमोहन अधिकारीसम्म सबै समाजवादी आन्दोलनका अग्रणी शिखर पुरूष थिए । रामराजा प्रसाद सिंहदेखि लिएर उपेन्द्र यादव जस्ता व्यक्तित्वहरु पनि समाजवादी धारकै राजनीतिज्ञ मानिन्छन् । नेपालमा समाजवादी धारलाई बुझेका नेपाली राजनीतिज्ञहरूले नेपालको वनजङ्गल मासेर पनि सुकुम्बासीहरूलाई जग्गा वितरण गर्ने कानुनहरु नै निर्माण गरेको उदाहरणहरु रहेको पाइन्छ । एकजना समाजवादी विचारक प्रोफेसर जिड ले समाजवादलाई एउटा यस्तो टोपी सँग तुलना गरेका छन् जसलाई धेरै जनाले लगाउँछन् जुन कारणले गर्दा समाजवाद रुपी टोपीको आकृति यति धेरै बिग्रिसकेको छ कि त्यसलाई चिन्न नै मुस्किल परिरहेको छ ।

अर्का समाजवादी विद्वान स्याडवेलले समाजवादलाई बहुआयामिक रूपमा बुझेका छन्। उनको विचारमा समाजवाद भाववाचक पनि छ र साकार रूपमा पनि छ । सैद्धान्तिक पनि छ र व्यावहारिक पनि छ ।आदर्शवादी पनि छ र भौतिकवादी पनि छ। पुराना पनि छ र नयाँ पनि छ । केही व्यक्तिहरूको विचारमा यो जीवनको दर्शन हो भने केही व्यक्तिहरूका अनुसार यो जीवनको धर्म नै हो । केही मानिसहरूले यसलाई आर्थिक प्रणाली भनेका छन् भने केही मानिसहरूले यसलाई नीतिशास्त्रको नियम पनि भनेका छन् । केही व्यक्तिहरूका अनुसार यो न्यायपूर्ण छ भने केही व्यक्तिहरूले यसलाई लोकप्रिय आन्दोलनको रूपमा पनि मानेका छन् ।

केहीले यसलाई वैज्ञानिक विश्लेषण र व्याख्या पनि भनेका छन् भने केहीले समाजवादलाई अतितको व्याख्या मात्र भनेका छन् । केहीले समाजवादलाई भविष्यको सपना बताइरहेका छन् भने केहीले यसलाई प्रेमको सन्देश पनि भनेका छन् तथा घृणा र लालचको विरूद्ध आन्दोलन पनि मानेका छन् । यो मानव जातिको आशाको केन्□बिन्दु हो भने यो सभ्यताको अन्त्य पनि हो । समाजवाद युद्धको आवाज पनि हो र युद्धको विरोध पनि हो । यो भयानक क्रान्ति पनि हो र यो राम्रो क्रान्ति पनि हो र संक्षेपमा समाजवाद नै सबै थोक हो । यसको उच्चारण नगरिकन कुनै पनि राजनीतिक व्यवस्थाले देशको अर्थतन्त्रलाई दिगो र समुन्नत बनाउन सक्दैन । नेपालको लोकतन्त्र लाई सही बाटोमा डोर्याउन आर्थिक समाजवादलाई उपयुक्त र व्यावहारिक बनाउनु जरूरी छ ।

धर्म र संस्कार

मीठो मसिनो खाने र 'अनिकाल हटाउने' पर्व

दमक/ दर्कै झरी र रापिलो घाम झेलेर अन्नवाली लगाइसकेपछिको समय हो यो । अर्थात साउनको सुरुवातबाट किसानहरुले विश्राम पाउँछन् । त्यसैले हिलो मैलोसँग जुधेर काम गरेका किसानहरुले सरसफाई गरेर मीठो मसिनो खाने गर्छन् । यहि समयबाट किसानको घरमा समृद्धि भित्रिन्छ । त्यसैले यसलाई 'लुतो फ्याल्ने', 'अनिकाल हटाउने' पर्वको रुपमा मनाइन्छ ।

अन्नवाली लगाउने क्रममा हिलो, मैलो, पानीले छालामा संक्रमण हुनसक्ने भएकाले त्यसबाट बच्न 'लुतो फ्याल्ने' गरिन्छ । त्यस्तै, यो अनिकाल टरेको अवस्था पनि हो । किनभने यतिबेला कतिपय अन्न उब्जनी सुरु भइसकेको हुन्छ । साउन १ गतेलाई साउने संक्रान्ति भनिन्छ । ज्योतिष शास्त्रअनुसार

सौरमासका हिसाबले साउने संक्रान्तिदेखि सूर्य कर्कट राशिमा प्रवेश गर्ने हुनाले यस दिनलाई कर्कट संक्रान्ति पनि भनिन्छ । सूर्यले सबै राशीलाई प्रभावित गरेपछि सूर्यको कर्कट राशी र मकर राशी प्रवेशलाई धार्मिक दृष्टिले महत्वपूर्ण मानिन्छ ।

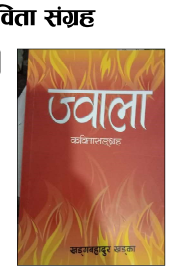
ठ्याक्कै साउन एक गते अर्थात साउने संक्रान्तिबाटै दिन छोटो र रात लामो हुँदै जान्छ । यहि दिनदेखि नेपालमा चाडपर्वको सिलसिला सुरु हुन्छ । दान, दक्षिणा दिने, धर्मकर्म गर्ने क्रम पनि जारी रहन्छ । बिवाहित महिलाहरुले साउने संक्रान्तिदेखि साउन महिनाभर सौभाग्याको प्रतीक र बस्त्र लगाएर महिनाभर पूजा आधाना गर्ने, ब्रत बस्ने चलन छ । यसदिन किसानहरुले आफ्नो बालीमा पाकेका अन्न तथा फलफूल चढाउने गर्छन् । कागती, निबुवा, अम्बा, अनार, नासपाती आदि फफूल चढाएर कण्डारक नामक राक्षसको पूजा गरिन्छ । भनिन्छ, कण्डारक नाम गरेको रात्रिचर राति हिँड्नेको पूजा गरी बलेको अगुल्टो फालेपछि बर्खाभर लागेको छालाजन्य रोग निको हुने मान्यता छ ।

अत्याधुनिक प्रविधिद्वारा उत्पादित
नयाँ झापाली इटा
बजारमा
झापाली इटा
ठूलो साइजको ईटा उपलब्ध छ ।
सम्पर्कका लागि:
भगवान बस्नेत : ९८५२६७००३१
उद्योग सम्पर्क : ९८०१४०१४४२

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

पानासोनिक इलेक्ट्रोनिक्स वर्ल्ड, दमक-८, झापा
विगत दुई दशक अगाडीदेखि तपाईहरुको सेवामा समर्पित यस मर्मत केन्द्रले सबै प्रकारका LED, TV, Online UPS इनभर्टर सर्वो स्टेपलाइजर, Sound System, Speeker, ब्याट्री चार्जर, वेल्डिङ मेशिन साथै मोटर, पंखा, फ्रिज, AC वासिङ मेशिन, काँटा सुलभ दरमा ग्यारेन्टीका साथ मर्मत गरिन्छ ।
साथै यहाँ अर्डर अनुसार सबै प्रकारका UPS, इनभर्टर, स्टेपलाइजर नयाँ तयार गर्नुका साथै सबै प्रकारका रिमोट र इलेक्ट्रोनिक पार्टसहरु, सेकेण्डहेण्ड मोटर र फेन पाइन्छ ।
नोट :
१) मेडिकल हस्पिटलमा प्रयोग हुने सबै सामानहरु मर्मत गरिन्छ ।
२) यहाँ होम सर्भिसको सेवा पनि उपलब्ध छ ।
३) सबै प्रकारका सेकेण्डहेण्ड सामान पनि बिक्री गरिन्छ ।
प्रो. मनोज सिंह
९८४२६२०९३०/९८०४९३१६३९/०२३-५८३१४७

खड्ग बहादुर खड्काको कविता संग्रह
ज्वाला
विभिन्न पुस्तक पसलमा उपलब्ध छ । किनेर पढ्न चाहनेले नजिकको पुस्तक पसलमा सम्पर्क गर्नहुन अनुरोध छ ।


सम्पर्क नम्बर : ९८४४६८०४९९

पूर्वी पहाडमा ड्रागनखेती फष्टाउँदै

चुलाचुलीका प्रविणले कमाउँछन् वार्षिक १२ लाख

चुलाचुली/ इलामको चुलाचुली गाउँपालिका-३ का किसान प्रविण इङनामलाई आजकल फुर्सद छैन। उनको अधिकांश समय ड्रागन फ्रुटको स्याहारसुसार गर्दै बगानमा बित्ने गरेको छ। श्रीअन्तुमा घाम उदाएदेखि साँझ घाम नडुब्दासम्म उनी ड्रागनको रेखदेख गर्न लागिपर्छन् ।

सात वर्षअघि स्थापना गरिएको 'भिलेज एग्रो फार्म' आज जिल्लामै धेरै ड्रागन फल उत्पादन तथा बिक्रीवितरण गर्ने फार्मका रूपमा परिचित छ । उनले उक्त खेतीबाट वार्षिक १२ लाख रूपैयाँ बराबरको आम्दानी गरेका छन् ।

दुई बिघामा लगाइएका दुई हजार ८०० बिरूवाबाट उत्पादन भएको फल बिक्री गरेर प्रसन्न देखिएका इङनामले यस वर्ष उत्पादन बढ्ने भएकाले आम्दानीसमेत बढ्ने अपेक्षा रहेको बताए । उनले आ ँ नै जमिन र ३८ कट्ठा लिजमा लिएर मलेसियन प्रजातिको रातो ड्रागन फल रोपेका हुन् ।

सुरूमा तीन कट्ठा जमिनमा ड्रागनखेती सुरू गरेका उनले कम लगानीमा धेरै आम्दानी हुन थालेपछि खेती विस्तार गरेका हुन् । पहिले परीक्षणका लागि तीन कट्ठामा रोपेको र उत्पादन राम्रो भएपछि क्रमशः बढाउँदै लगेर अहिले दुई बिघा (४० कट्ठा) मा खेती विस्तार गरेको उनले जानकारी दिए । आगामी वर्ष खेती थप विस्तार गर्ने उनको योजना छ ।

उनले उत्पादन गरेको ड्रागन फ्रुटको बजारका लागि कुनै समस्या छैन । व्यवसायीहरु बगानमा नै आएर खरिद गरी लैजाने गरेका छन्। उनले उत्पादन गरेको फल झापाको विर्तामोड र दमक, मोरङको उर्लाबारी र इलाम बजारमा बिक्री हुने गरेको छ । बगानबाट साइजअनुसार प्रतिकिलोग्राम २०० देखि ५०० रूपैयाँसम्ममा फल बिक्री हुने गरेको छ ।

यस फार्मबाट उनी आफैँ त स्वरोजगार बनेका छन् नै, स्थानीय पाँच जना श्रमिकलाई समेत रोजगारी दिएका छन् । गाउँघरमा नै स्वरोजगार बन्न सकिन्छ भन्ने सन्देश दिन व्यावसायिक रूपमा ड्रागन फलको खेती सुरू गरेको इङनाम बताउँछन् । कम मिहिनेत र राम्रो बजार भाउ पाउने भएपछि स्थानीयस्तरमा उक्त खेतीतर्फ अन्य किसानको पनि आकर्षण बढ्न थालेको छ ।

चुलाचुली गाउँपालिका-२ बुढीझोडाकी मायतीमाया लिम्बूले पनि व्यावसायिक ड्रागन फलखेती गर्दै आएकी छन् । छ वर्षअघि 'छथरे ड्रागन फ्रुट कृषि फार्म' दर्ता गरी खेती गर्न थालेकी उनले अहिले आठ कट्ठा जमिन लिजमा लिएर ६५० बोट ड्रागन फ्रुट रोपेकी छन्, जसले उत्पादन दिन थालिसकेका छन् । उनले गत वर्ष ड्रागन फल बिक्रीबाट सबै खर्च कटाएर वार्षिक एक लाख २५ हजार रूपैयाँ आम्दानी गरेको सुनाइन् ।

चुलाचुलीमा ड्रागन फलखेती प्रवर्द्धनमा सरकारको समेत सहयोग हुँदै आएको छ । इङनामको फार्मलाई ड्रागन फलखेती प्रवर्द्धन गर्न चुलाचुली गाउँपालिकाले आर्थिक वर्ष २०८०/८१ मा चार लाख रूपैयाँ अनुदान दिएको थियो । उक्त अनुदानले बगान व्यवस्थापन र नयाँ बिरूवा थप गर्न मद्दत मिलेको इङनामले बताए । यस्तै, 'छथरे ड्रागन फ्रुट कृषि फार्म' लाई बगान व्यवस्थापनका लागि सोही वर्ष कृषि ज्ञान केन्द्र इलामबाट ५० प्रतिशत लागत साझेदारीमा दुई लाख ५० हजार रूपैयाँ अनुदान उपलब्ध भएको थियो ।

चुलाचुली गाउँपालिकाका अध्यक्ष राजेन्द्र केरूङले कृषि क्षेत्रलाई पहिलो प्राथमिकतामा राखेर गाउँपालिकाले आफ्ना गतिविधि अगाडि बढाएको बताए । आगामी वर्ष पनि किसानलाई प्रोत्साहन गर्ने कार्यक्रम सञ्चालन गर्न आवश्यक बजेटको व्यवस्था गरिएको उनले जानकारी दिए । इलामको चुलाचुलीसहित माई नगरपालिका, रोङ गाउँपालिका, माईजोगमाई गाउँपालिका र इलाम नगरपालिकाको तल्लो क्षेत्रमा यो खेती विस्तार हुँदै गएको छ । *(रासस)*

विश्वकप विशेष

अबको विश्वकपमा ६४ टोली सहभागी गराउने फिफाको तयारी

दमक/ विश्व फुटबलको सर्वोच्च निकाय फिफाले सन् २०३० को विश्वकपमा सहभागी टोलीको संख्या ६४ पुऱ्याउने विषयमा छलफल अघि बढाउने भएको छ । फिफा अध्यक्ष जियानी इन्फान्टिनोले चार वर्षपछि हुने विश्वकपमा थप १६ देशलाई समेट्ने प्रस्तावमाथि विचार भइरहेको बताएका हुन् ।

स्वीस सञ्चारमाध्यम 'ब्लुविन' सँग कुरा गर्दै अध्यक्ष इन्फान्टिनोले टोली संख्या ४८ बाट बढाएर ६४ पुऱ्याउनु सान्दर्भिक हुने उल्लेख गरेको समाचारमा उल्लेख छ । "यस विषयमा जारी विश्वकप सकिएपछि सम्बन्धित समितिहरूमा पक्कै पनि छलफल र समीक्षा हुनेछ," उनले भने ।

विश्वकप आयोजना गर्दा युरोप र दक्षिण अमेरिकालाई मात्र नभई समग्र विश्वलाई नै समेट्नु महत्वपूर्ण हुने उनको भनाइ छ । इन्फान्टिनोले थपे, "हरेक राष्ट्रले विश्वकप खेल्ने सपना देख्न पाउनुपर्छ। अहिले फुटबलको गुणस्तर विश्वभर नै निकै उच्च हुँदै गएको छ । यदि साना देशलाई अवसर दिइएन भने उनीहरूमा खेल सुधार गर्ने उत्साह रहँदैन ।"

सन् १९९८ देखि २०२२ सम्मको विश्वकपमा ३२ टोली सहभागी हुँदै आएका थिए । हाल जारी २०२६ को संस्करण ४८ टोली सहभागी भएको पहिलो विश्वकप हो । क्यानडा, मेक्सिको र अमेरिकामा भइरहेको १०४ खेलको तालिकामध्ये अब दुई सेमिफाइनल र फाइनल खेल मात्र बाँकी छन् । प्रतियोगितामा अब अर्जेन्टिना, इङ्गल्याण्ड, फ्रान्स र स्पेन गरी चार टोली मात्र उपाधि होडमा छन् ।

अध्यक्ष इन्फान्टिनोले ४८ टोलीको यो नयाँ संरचना 'ढुक्कसँग सफल' भएको दाबी गरेका छन्। "हरेक टोलीले उच्च स्तरको प्रदर्शन गरे । प्रत्येक महादेशका टोलीले गोल गरे र कम्तीमा एक अंक जोडे," उनले भने, "यस पटक अफ्रिकाका १० मध्ये ९ टोली नकआउट चरणमा पुगे, जबकि अघिल्लो विश्वकपमा अफ्रिकाबाट मात्र ५ टोली थिए । यसले नै सबै टोलीलाई समेट्नु र अवसर दिनु कति महतवपूर्ण छ भन्ने देखाउँछ ।"

सन् २०३० को विश्वकप बहु–महादेशीय अवधारणामा आयोजना हुँदैछ । जसअनुसार सुरूवाती तीन खेल उरूग्वे, अर्जेन्टिना र पराग्वेमा (प्रत्येक देशमा एक–एक खेल) हुनेछन् भने बाँकी खेल मोरक्को, पोर्चुगल र स्पेनमा खेलाइने तय भएको छ । यदि टोली संख्या ६४ पुऱ्याइयो भने दक्षिण अमेरिकी राष्ट्रले केवल एक खेल मात्र नभएर चार टोली सम्मिलित पूरा एउटा समूहकै खेलहरू आयोजना गर्ने अवसर पाउनेछन् ।

टिप्स/जानकारी

दीर्घायु जीवनका लागि ५ मिनेट शारीरिक व्यायाम

दमक/ आजको आधुनिक जीवनशैलीमा शारीरिक निष्क्रियता तीव्र रूपमा बढ्दै गएको छ । लामो समयसम्म बस्ने बानी, मोबाइल तथा कम्प्युटरको अत्यधिक प्रयोग, र यातायातमा निर्भरता बढेसँगै मानिसहरूको दैनिक शारीरिक गतिविधि घटिरहेको छ । यसको प्रत्यक्ष असर मुटुरोग, मधुमेह, मोटोपना तथा मानसिक तनावजस्ता दीर्घकालीन स्वास्थ्य समस्याहरूमा देखिन थालेको छ । यही सन्दर्भमा हालैका अन्तर्राष्ट्रिय वैज्ञानिक अध्ययनहरूले एउटा महत्वपूर्ण र आशावादी सन्देश दिएका छन्, दिनको केवल ५ मिनेट शारीरिक व्यायाम पनि स्वास्थ्य सुधार र दीर्घायु जीवनका लागि लाभदायक हुन सक्छ ।

विभिन्न युरोपेली तथा अमेरिकी अनुसन्धान संस्थाहरूमा गरिएको ठूलो स्तरको अध्ययनमा करिब १ लाख ३५ हजारभन्दा बढी वयस्कहरूको दैनिक शारीरिक गतिविधि लामो समयसम्म गतिविधि मापन उपकरणमार्फत अनुगमन गरिएको थियो ।

अध्ययनका निष्कर्ष अनुसार दिनमा केवल ५ मिनेट छिटो हिँडाइ वा मध्यम स्तरको शारीरिक व्यायाम गर्ने व्यक्तिहरूमा समग्र मृत्यु जोखिम घट्ने सम्भावना देखिएको छ । साथै दैनिक बस्ने समय ३० मिनेट मात्र घटाउँदा पनि स्वास्थ्यमा उल्लेखनीय सुधार देखिएको पाइएको छ । विशेषगरी कम शारीरिक सक्रियता भएका व्यक्तिहरूमा सानो परिवर्तनले पनि ठूलो स्वास्थ्य लाभ दिन सक्ने कुरा अध्ययनले स्पष्ट गरेको छ ।

विशेषज्ञहरूका अनुसार लामो समय बस्ने बानी (निष्क्रिय जीवनशैली) शरीरका लागि क्रमिक रूपमा हानिकारक हुन्छ । यसले रक्तसञ्चार सुस्त बनाउने, चयापचय (मेटाबोलिज्म) घटाउने, शरीरमा बोसो जम्ने प्रक्रिया बढाउने तथा मधुमेह र मुटुरोगको जोखिम बढाउने गर्दछ । तर दिनको ५ मिनेट मात्र शारीरिक व्यायाम गर्दा पनि शरीरमा तुरुन्त सकारात्मक परिवर्तन सुरु हुन्छ । मुटुको धड्कन सक्रिय हुन्छ, रक्तसञ्चार सुधार हुन्छ, अक्सिजन आपूर्ति बढ्छ, शरीरको ऊर्जा स्तर बढ्छ र थकान घट्छ ।

मानसिक स्वास्थ्यमा पनि यसको स्पष्ट प्रभाव देखिएको छ । नियमित सानो व्यायामले तनाव कम गर्ने, मन हल्का बनाउने, ध्यान केन्द्रित गर्ने क्षमता बढाउने तथा निद्राको गुणस्तर सुधार गर्ने वैज्ञानिक अध्ययनहरूले देखाएका छन् ।

दैनिक जीवनमा यसलाई सजिलै अपनाउन सकिन्छ, ५ मिनेट छिटो हिँडाइ गर्ने, सिँढी प्रयोग गर्ने, फोनमा कुरा गर्दा हिँड्ने, वा प्रत्येक १ घण्टामा केही समय उठेर हिँड्ने जस्ता साधारण अभ्यासहरू पर्याप्त हुन्छन् ।

प्राकृतिक चिकित्सकहरूको अनुसार शरीरलाई निरन्तर चलायमान राख्नु स्वास्थ्यको आधार हो । शारीरिक व्यायामले रक्तसञ्चार, पाचन प्रणाली र प्रतिरक्षा प्रणाली सुधार गर्न मद्दत गर्छ । त्यसैले "गतिशीलता नै औषधि हो" भन्ने अवधारणा प्राकृतिक चिकित्सामा अत्यन्त महत्वपूर्ण मानिन्छ ।

निष्कर्षमा, दैनिक ५ मिनेटको शारीरिक व्यायामले पनि स्वास्थ्यलाई फाइदा गर्छ भन्ने कुरा वैज्ञानिक अध्ययनहरूले स्पष्ट रूपमा प्रमाणित गरेका छन्। सानो तर निरन्तर शारीरिक सक्रियता दीर्घायु, मानसिक सन्तुलन र समग्र स्वास्थ्य सुधारतर्फको सरल, व्यवहारिक र प्रभावकारी उपाय हो ।

मनोरञ्जन

फिल्म 'गौँथली' प्रदर्शन नजिक

दमक/ नायिका सिम्रन खड्का अहिले चर्चामा छिन् । उनको फिल्म 'गौँथली' प्रदर्शन नजिक आएकाले उनी मिडिया हाइलाइटमा छन् । फिल्मका प्रचार सामाग्री र अन्तर्वार्ताले उनलाई चर्चामा ल्याएको हो । उनी डोकामा घाँस बोकेर मान्छेहरूको भिडभाड हुने ठाउँमा पुगेकी थिइन् । फिल्मको पात्र 'गौँथली'को चरित्रमा उनी पुगेकी थिइन् । सामाजिक विषयलाई उजागर गरेको चलचित्र हो 'गौँथली' ।

डा. भोला रिजालले झन्डै २५ वर्ष अगाडि गीतिकथानक चलचित्र 'गौँथली' निर्माण गरेर प्रदर्शन गरेका थिए । चिकित्सकसँगै साहित्यकार समेत रहेका उनले उक्त चलचित्रको कथा श्रीमती सरला रिजालको जीवनीसँग प्रभावित भएर तयार गरेका थिए ।

सानै उमेरमा विवाह बन्धनामा बाँधिएकी सरलाको पढ्ने चाहना रोकियो । श्रीमानको हेरचाह गर्दै, श्रीमती र बुहारीको दायित्व निर्वाह गर्दा उनले अध्यनलाई निरन्तरता दिन पाइनन् । यही कथालाई डा. रिजालले गीति कथानक चलचित्रका रूपमा तयार गरे । जहाँ संवाद थिएन, तर भावना व्यक्त गरिएका थिए । सोही कथालाई संवादको स्वरूप दिएर डा. रिजालका छोरा डा. कपिलले सोही शीर्षक र कथामा चलचित्र 'गौँथली' तयार गरेका हुन् ।

साउन १ गतेदेखि प्रदर्शन हुने चलचित्र 'गौँथली' मा एसईईसम्म पढ्ने इच्छा बोकेकी बालिकाको सानै उमेरमा विवाह भएपछिको कथालाई देखाइएको छ । सानो उमेर, नयाँ परिवार र ठाउँ तथा पढ्ने चाहनालाई गौँथली नामक पात्रले कसरी पुरा गर्छिन् वा उनको सपना पुरा हुँदैन् ? यही जिज्ञाशा चलचित्र 'गौँथली' मा छ ।

केही प्रेरक भनाइहरु

- खुट्टामा लागेको चोटले सम्हालिएर हिँड्न सिकाउँछ। मनमा लागेको चोटले समझदारीसाथ जिउन सिकाउँछ।
- भाग्यको ढोकामा मुड्की बजार्नु भन्दा राम्रो हो कर्मको तुफान पैदा गर। भाग्यको ढोका आफै खुल्छ।
- पानीमा डुब्नसाथ कसैको मृत्यु हुँदैन। मृत्यु त तब हुन्छ जब पानीमा तैरन जान्दैनन्। परिस्थिति कहिलेपनि समस्या बन्दैन। समस्या त तब बन्छ, जब त्यसलाई सम्हाल्न सक्दैनन्।
- त्यस व्यक्तिप्रति ध्यान नदेउ जो तिम्रो पीठ्युँ पछाडि कुरा गर्छ। यसको सोझो अर्थ हो तिमी उनीभन्दा दुई कदम अगाडि छौं।
- संसारमा यदि एकदमै राम्रो कुरा सोच्ने हो भने सर्वप्रथम त कुनै खराब कुरा सोच्न बन्द गर।
- अवसर र सूर्योदयमा एउटै समानता छ। ढिलो गर्नेलाई यसले पर्खदैन।
- ऐना हो जिन्दगी। तिमी मुस्कुराउ, जिन्दगी पनि मुस्कुराउँछ।
- खुसी हुनुको अर्थ यो होइन कि तिम्रो सबैकुरा ठीक छ। यसको अर्थ त यो हो कि तिमीले दुःखबाट उठेर जिउन सिक्यौं।
- हामीले कुनैपनि समयको प्रतिक्षा गर्नु उचित छैन। बरु हरेक समयलाई विशेष बनाउने प्रयास गर्नुपर्छ।

कलाकार दीपाश्री निरौलालाई ब्रेन ट्युमर

दमक/ चर्चित हास्य कलाकार एवं निर्देशक दीपाश्री निरौलाको ब्रेन ट्युमरको सफल शल्यक्रिया गरिएको छ । स्वास्थ्यमा समस्या देखिएपछि केही दिनअघि उनलाई माइतीघरस्थित अन्नपूर्ण न्यूरो अस्पतालमा भर्ना गरिएको थियो ।

अस्पतालका वरिष्ठ न्यूरो सर्जन डा. बसन्त पन्त नेतृत्वको चिकित्सक टोलीले उनको ट्युमरको शल्यक्रिया गरेको हो । अस्पताल स्रोतका अनुसार शल्यक्रिया सफल भएको र हाल उनको स्वास्थ्य अवस्था सुधारोन्मुख रहेको छ ।

उनको मस्तिष्कबाट निकालिएको ट्युमर कस्तो प्रकृतिको हो (क्यान्सरयुक्त हो वा होइन) भन्ने पत्ता लगाउन परीक्षणका लागि प्रयोगशाला (बायोप्सी) मा पठाइएको छ । बायोप्सीको रिपोर्ट आउन भने बाँकी रहेको चिकित्सकहरूले जनाएका छन् ।

नेपाली कला क्षेत्रमा दशकौँदेखि सक्रिय दीपाश्री निरौला कुशल अभिनयसँगै सुपरहिट चलचित्रहरूको सफल निर्देशनका लागि चिनिन्छिन् ।

दैनिक राशिफल

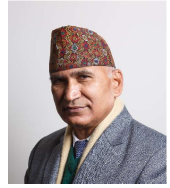
आज मिति २०८३ साल असार ३० गते मंगलबार
14 July, 2026
तिथि: औंशी

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

राशि	अक्षर	फल
मेष	चु चे लो ला लि लँ ले लो अ	मनमा उत्साह जाँगर बढ्ने । गरेका कामहरुमा सफलता।
वृष	इ उ ए ओ वा वि वु वे वो	रोजगारको अवसर प्राप्ती । खर्चको मात्रा भने बढ्ने ।
मिथुन	का कि कु घ ङ छ के को हा	शरीरमा आलस्य । आर्थिक पक्षमा सुधार ।
कर्कट	(हि, हु, हे, हो, डा, डि, डु, डे, डो)	साथीभाइबाट सहयोग । अध्ययन क्षेत्रमा सुधार ।
सिंह	मा मि मु मे मो टा टि टु टे	मान्यजनबाट आशिर्वाद । मिष्ठान्न परिकार प्राप्ती ।
कन्या	टो प पी पँ ष ण ठ पे पो	मनमा धेरै कुरा खेल्ने । योजना अनुसार काम अधुरो ।
तुला	(रा, रि, रु, रे, रो, ता, ति, तु, ते)	स्वास्थ्यमा गडबडी । मन धार्मिक कार्यमा जाने ।
वृश्चिक	तो ना नि नँ ने नो या यि यु	पठन पाठनमा सुधार । भ्रमणको योग । मित्र मिलन ।
धनु	य यो भा भी भ धा फा ढ भे	आर्थिक उन्नति । ब्यापार व्यवसायमा लाभ ।
मकर	भो जा जी खि खू खे खो गा गी	परिवारमा खुशीयाली । नयाँ बस्त्रधारणको योग ।
कुम्भ	गँ गे गो सा सी सँ से सो द	मन खिन्न । स्वास्थ्यमा क्रमिक सुधार।
मीन	दि दु थ झ ञ दे दो चा ची	मानसम्मान मिल्ने । सामाजिक कार्यमा सरिक ।

कला र संस्कृतिको संयोजन: दमक प्रज्ञा प्रतिष्ठान, दमक भापाले आयोजना गरेको २१३ औ भानु जन्मजयन्ती विशेष समारोहमा उपस्थित धिमाल समुदायका महिला, र सोही कार्यक्रममा स्वागत गीत गाउँदै विहानी कला केन्द्रका कलाकार ।

विष्णु पौडेललाई पाँचौँ पटक म्याद थप



दमक/ विशेष अदालतले नेकपा एमालेका उपाध्यक्ष विष्णु पौडेललाई हिरासतमा राखेर अनुसन्धान गर्न पाँचौं पटक म्याद थप गरेको छ। विशेष अदालतका न्यायाधीशद्वय नारायणप्रसाद पौडेल र उमेश कोइरालाको इजलासले सोमबार तीन दिनको म्याद थप गरेको हो ।

उपाध्यक्ष पौडेलमाथि सम्पत्ति शुद्धीकरण विभागले सम्पत्ति शुद्धीकरण (मनी लाउण्डरिङ्ग) मुद्दामा अनुसन्धान गरिरहेको छ ।

पौडेललाई सम्पत्ति शुद्धीकरण विभागको पत्रका आधारमा असार ८ गते सुर्खेतबाट पक्राउ गरेको थियो । त्यसयता उनलाई चार पटक विशेष अदालतबाट म्याद लिएर विभागले न्यायिक हिरासतमा राखेर अनुसन्धान गरिरहेको जनाएको छ ।

गुरुकुलको वार्षिकोत्सव

कमल/ झापाको कमल ५ पाडाजुंगी स्थित रमा विन्ध्यबासिनी गुरूकुलले पाँचौ वार्षिकोत्सव मनाएको छ । सोमबार गुरूकुलमा अन्तरक्रियात्मक कार्यक्रमको आयोजना गरि वार्षिकोत्सव मनाईएको हो ।

प्रमुख अतिथी कमल गाउँपालिका उपाध्यक्ष प्रमिला न्यौपाने तिवारीले दिप प्रज्वलन तथा बटुकहरूले स्वस्ती वाचन गरि कार्यक्रमको उद्घाटन गरिएको थियो । गुरागाँई वंश उत्थान समाज कल्याण प्रतिष्ठान मार्फत सञ्चालिन सो गुरूकुल व्यवस्थापन समितिका कार्यवाहक अध्यक्ष भिम गुरागाईको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा वक्ताहरूले शिक्षासँगै नैतिक धर्मदर्शनको ज्ञान दिन समेत आवश्यक रहेकोमा जोड दिएका थिए ।

कार्यक्रममा कृष्णप्रसाद गुरागाईँले कार्यपत्र पेश गरेका थिए भने प्रतिष्ठानका पूर्व अध्यक्ष कमलप्रसाद गुरागाईँले त्यस माथि टिप्पणी गरेका थिए । विभिन्न क्षेत्रको सहयोगमा सञ्चालित गुरूकुलमा औपचारिक शिक्षासँगै धर्म, दर्शन, संस्कृतका विभिन्न ग्रन्थ लगायतका बारेमा ज्ञान दिने गरिएको गुरूकुलका कार्यवाहक अध्यक्ष भिम गुरागाईँले बताए ।

गुरूकुलका लागि डिल्लीराम गुरागाईँ तथा उनको परिवारले आफ्नै खर्चमा भवन बनाई दिएको छ ।

सो भवनमा गुरूकुल सञ्चालन हुँदै आएको छ ।

कार्यक्रममा प्रमुख अतिथी तिवारीले सवै प्रकारका विद्यालय, गुरूकुल तथा शिक्षालयहरूको विकास र प्रवर्द्धनलाई स्थानीय सरकारले प्राथमिकतामा राखेको बताइन् । शिक्षासँगै आचरण, नैतिकता, आफ्नोपन तथा संस्कृतिका बारेमा नयाँ पुस्तालाई ज्ञान दिलाउन यस्ता शिक्षालयहरू महत्वपूर्ण रहेको उनको भनाई थियो । कार्यक्रममा गाउँपालिका शिक्षा शाखा प्रमुख सूर्यप्रसाद न्यौपाने, प्रतिष्ठानका पूर्व अध्यक्ष तथा पदाधिकारीहरू, गुरूकुललाई सहयोग गर्दै आएको महर्शी फाउण्डेशनका निरीक्षक रेनुकृष्ण अधिकारी लगायतको आतिथ्यता रहेको थियो ।

संकटमा तीन पहाडी जिल्ला, यातायात अवरुद्ध

दमक/ पूर्वी पहाडी जिल्ला इलाम, पाँचथर र ताप्लेजुङको तराईसँगको सडक सम्पर्क पूर्ण रूपमा टुटेको छ । सडक संजाल भत्किँदा र डाइभर्सनहरु बाढीले बगाउँदा यी तीन जिल्ला अहिले 'नाकाबन्दी' जस्तै अवस्थामा पुगेका छन् ।

दुई दिनदेखिको अविरल वर्षाले मेची राजमार्गसहितका सबै वैकल्पिक मार्गहरु अवरूद्ध भएपछि मेची राजमार्गको मेरूदण्ड मानिने इलामको राजदुवाली खण्ड चार दिनदेखि अवरूद्ध छ । सोमबार सडक थप भासिएपछि साना–ठूला सबै सवारीसाधन ठप्प भएका छन् । राजमार्ग अवरूद्ध भएपछि प्रयोगमा ल्याइएको सिमलगोलाई–तिल्केनी वैकल्पिक मार्ग पनि जोगमाई खोलाको डाइभर्सन बाढीले बगाएपछि बन्द भएको छ । यस्तै, झापा जोड्ने केचना–कञ्चनजंघा फास्ट ट्र्याकअन्तर्गत पुवा खोलाको डाइभर्सनमाथिबाट बाढी बगिरहेकाले यातायात सञ्चालन असम्भव बनेको छ ।

सडक डिभिजन कार्यालय इलामका अनुसार पुवा र जोगमाई खोलामा राख्ने भनिएको बेलीब्रिज भारतबाट आइपुग्न ढिलाइ हुँदा संकट झन् गहिरिएको हो। सडक अवरूद्ध भएसँगै माइखोला पारि ठूलो संख्यामा मालवाहक ट्रकहरु अलपत्र परेका छन् । इलाम उद्योग वाणिज्य सङ्घका अध्यक्ष कृष्ण पौडेलका अनुसार खाद्यान्न, दैनिक उपभोग्य वस्तु र निर्माण सामग्री बोकेका ट्रकहरु बीच बाटोमै रोकिँदा सामग्री बिग्रने र बजारमा अभाव हुने जोखिम बढेको छ । अब महँगो ढुवानी खर्च खर्चेर 'तमोर करिडोर' प्रयोग गर्नुको विकल्प नभएको व्यवसायीहरूको भनाइ छ । अहिले बिरामी र अत्यावश्यक काममा हिँडेका यात्रुहरु ज्यान जोखिममा राखेर पहिरो प्रभावित राजदुवाली खण्ड पैदलै पार गर्न बाध्य छन् । पहाडी जिल्लालाई तराईसँग जोड्ने लाइफलाइन नै काटिएपछि जनजीवन कष्टकर बनेको छ ।

अन्तर्राष्ट्रिय

एकै दिन ४ हजारभन्दा बढी शरणार्थी स्वदेश फिर्ता

एजेन्सी/ छिमेकी मुलुकहरूमा कागजातविहीन विदेशी नागरिकमाथि कडाइ बढ्दै गएसँगै अफगान शरणार्थीहरूको स्वदेश फिर्ती तीव्र बनेको छ । आइतबार मात्रै चार हजारभन्दा बढी अफगान शरणार्थी स्वदेश फर्किएका छन् ।

सरकारी समाचार संस्था बख्तर न्युज एजेन्सीका अनुसार आइतबार ७९० अफगान परिवारका कुल ४ हजार १०० जना अफगानिस्तान फर्किएका हुन् ।

फर्किएका परिवारमध्ये ७७२ परिवारलाई सीमा नाकामै आवश्यक सहयोग उपलब्ध गराएर सम्बन्धित गृह प्रान्तमा पठाइएको छ भने बाँकी १८ परिवारलाई पनि छिट्टै उनीहरूको गृह प्रान्तमा पठाइने तयारी भइरहेको जनाइएको छ ।

स्वदेश फर्किने अधिकांश शरणार्थी पाकिस्तानबाट आएका हुन् । दशकौँदेखि लाखौं अफगान शरणार्थीलाई आश्रय दिँदै आएका पाकिस्तान र इरानले पछिल्लो समय कागजातविहीन विदेशी नागरिकलाई आफ्नो देश छाड्न दबाब बढाएका छन् । यसअघि अफगान सरकारका उपप्रवक्ता हम्दुल्लाह फितरतले गत महिना मात्रै ७६ हजार १८१ अफगान शरणार्थी स्वदेश फर्किएको जानकारी दिएका थिए। उनका अनुसार स्वदेश फिर्तीको प्रक्रिया निरन्तर जारी छ । अफगान अधिकारीहरूका अनुसार सन् २०२१ को अगस्टमा वर्तमान सरकार सत्तामा आएयता ८० लाखभन्दा बढी अफगान शरणार्थी विभिन्न देशबाट स्वदेश फर्किसकेका छन् ।

जापानले जासुसीविरुद्ध कडा कदम चाल्ने

एजेन्सी/ रुसले जापानलाई गुप्तचर गतिविधि र युद्धसम्बन्धी प्रविधि खरिदको केन्द्रका रूपमा प्रयोग गरिरहेको भन्ने अन्तर्राष्ट्रिय सञ्चारमाध्यमको खुलासापछि जापानले विदेशी जासुसी गतिविधिविरुद्ध अझ कडा कदम चाल्ने आवश्यकता रहेको जनाएको छ ।

सरकारका प्रमुख प्रवक्ता मिनोरु किहाराले सोमबार बदलिँदो सुरक्षा परिवेशमा राष्ट्रिय सुरक्षासँग सम्बन्धित संवेदनशील सूचना हासिल गर्ने विदेशी गुप्तचर गतिविधि बढ्दो चुनौती बन्दै गएको बताउँदै त्यसको प्रभावकारी प्रतिरोध गर्नुपर्ने आवश्यकता रहेको उल्लेख गरे ।

उनले द न्युयोर्क टाइम्सको प्रतिवेदनबारे प्रत्यक्ष टिप्पणी नगरे पनि यस विषयलाई सरकारले थप गम्भीर रूपमा सम्बोधन गर्ने स्पष्ट पारे । त्यसमा टोकियोस्थित रुसी विमान सेवा एरोफ्लोटको कार्यालयबाट गोप्य रूपमा सञ्चालन हुने गुप्तचर सञ्जालको समेत चर्चा गरिएको छ । युक्रेनी पक्षको अनुमानअनुसार हाल प्रयोग भइरहेका रुसी क्षेप्यास्त्र र ड्रोनमा प्रयोग भएका करिब ९० प्रतिशत जापानी कम्पोनेन्ट रहेका छन् ।

प्रहरी साझेदारी सफल बन्दै

सुनसरी/ सुनसरीमा प्रहरी साझेदारी सफल बन्दै गएको छ । चालु आर्थिक वर्ष २०८२/८३ मा समुदाय प्रहरी साझेदारी कार्यक्रमबाट २१ हजार ३९० नागरिक प्रत्यक्ष लाभान्वित भएका पाइएको छ ।

जिल्लामा आर्थिक वर्ष २०८२/८३ को साउनदेखि असार अन्तिमसम्ममा ६६५ समुदाय प्रहरी साझेदारी कार्यक्रम सञ्चालन गरिएकामा त्यसबाट ती नागरिक लाभान्वित भएको प्रहरी उपरीक्षक केशवकुमार थेबेले जानकारी दिए । त्यसैगरी लागूऔषधसम्बन्धी १८ विद्यालयमा सञ्चालन गरिएको कार्यक्रमबाट ९८२ जना तथा १०८ समुदायस्तरीय कार्यक्रममा तीन हजार ४४२ जना सहभागी भएको जानकारी दिइयो ।

जिल्लाका विभिन्न पालिका तथा स्थानीय तहमा समुदाय प्रहरी साझेदारी समिति गठन गरी लागूऔषध, साइबर अपराध, घरेलु तथा लैङ्गिक हिंसा, मानव बेचबिखन, बालविवाह तथा बाल यौन दुर्व्यवहारविरूद्ध ७२ विद्यालयमा सञ्चालन गरिएका सचेतनामूलक कार्यक्रमबाट चार हजार १८५ विद्यार्थी लाभान्वित भएको उनले जानकारी दिए ।

***पूर्णखोप*......**भेटिएको र ३ हजार ५ सय ९६ जना खोप ड्रपआउट गर्ने बालबालिका भेटिएको जानकारी दिइएको थियो ।

बाल मृत्यु दर घटाउन सरकारले जन्मेदेखि १५ महिना सम्मका बालबालिकाहरूलाई १३ प्रकारका निःशुल्क खोप दिँदै आएको छ ।

***कोशी*......** सदस्य मिना श्रेष्ठले पर्यटकको सुरक्षा र गन्तव्यसम्मको सहज पहुँचलाई गुरूयोजनाले प्राथमिकता दिनुपर्ने बताइन् । त्यस्तै, पर्यटन व्यवसायीहरूले स्थानीय उत्पादनको प्रवर्द्धन र कृषि पर्यटनलाई पनि गन्तव्य छनोटको आधार बनाउन सुझाव दिएका छन् । कार्यक्रममा कोशी पर्यटन वर्ष सफल बनाउन भूमिका खेल्ने मन्त्री भीम पराजुलीसहितका अभियन्ताहरूलाई सम्मान समेत गरिएको थियो ।

***भानुको*......** थिए । उनले दमकका सम्मानित स्रष्टाहरू समाजका जिवन्त उदाहरणीय ब्याक्तित्व भएको भन्दै सम्मानित ब्याक्तित्वहरूलाई बधाई दिए । सोही क्रममा भानुको साहित्यिक योगदानको स्मरण गर्दै भाषा, साहित्य र संस्कृतिमार्फत राष्ट्रिय एकता तथा सांस्कृतिक चेतना अभिवृद्धि गर्न भानुभक्तको योगदान ऐतिहासिक रहेको बताए ।

कार्यक्रममा दमक नगरपालिका अधिकृत सुनिल कुमार निरौला, साहित्यकार सुमित्रा वाङ्देल 'चेली', विभिन्न संघ संस्थाका प्रतिनिधी, विद्यालयका प्रधानाध्यापक, दमकका साहित्यकार, विद्यार्थी तथा प्रतिष्ठित ब्याक्तित्वहरूको उपस्थिति रहेको थियो । प्रतिष्ठानका सदस्य तथा कार्यक्रम संयोजक धनकुटे कान्छाले सञ्चालन गरेको कार्यक्रमा दमकस्थित विहानी कलाकेन्द्रका कलाकारले गीतमार्फत स्वागत गरेका थिए भने साहित्यकार डा. ब्यञ्जना शर्माले शब्दद्वारा स्वागत गरेकी थिइन् । कार्यक्रममा विहानी कला केन्द्रका बाल कलाकार रियाज रिजाल, हिमाविका विद्यार्थीहरू अमिरा विन्दु काफ्ले र सयुजा सिटौलाले भानुभक्तका कवितालाई लयात्मक रूपमा बाचन गरेका थिए । कार्यक्रममा भानुको जीवनसँग सम्बन्धित वृत्तचित्र प्रश्तुत गरिएको थियो ।

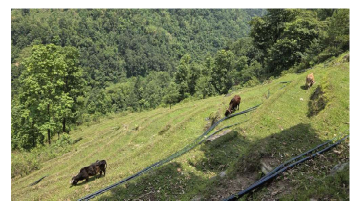
यसैवीच प्रतिष्ठानले सोहीदिन विहान विभिन्न जातीय झाँकी सहित प्रभातफेरि गरेको थियो । दमक नगरपालिकाबाट शुरू भएको प्रभातफेरि फाल्गुनन्द चोक हुँदै दमकस्थित भानु चोकमा पुगेर भानुभक्तको सालिकमा फूलगुच्छाले माल्यार्पण गरी समापन गरिएको थियो । दमक प्रज्ञा प्रतिष्ठन २०७५ सालमा स्थापित संस्था हो ।

***किसानलाई*.....** *खरिद गरिएको थियो ती सामग्री पालिकामा ल्याएपछि प्राविधिक रूपमा जाँच, परीक्षण तथा जडानको सबै काम पूरा गरेर मात्र किसानलाई हस्तान्तरण गरिएको छ,' उनले भने ।*

अध्यक्ष आङदेम्बेले हाते ट्याक्टर वितरणबाट खेतीपातीका काम सहज हुने, श्रम लागत घट्ने र उत्पादन वृद्धिमा सहयोग पुग्ने विश्वास व्यक्त गर्नुभयो । विशेष गरी धान, मकै, आलु तथा तरकारी खेती गर्ने किसानलाई यसबाट प्रत्यक्ष लाभ पुग्ने उहाँको भनाइ छ ।

फाल्गुनन्द गाउँपालिकाले यसअघि पनि कृषकको उत्पादन क्षमता अभिवृद्धि गर्न हाते ट्याक्टर, मिनी मिल, ग्रास कटर लगायतका कृषि सामग्री बर्सेनि वितरण गर्दै आएको छ । पालिकाले आगामी वर्षहरूमा पनि किसानको माग र आवश्यकता अनुसार अनुदान कार्यक्रमलाई निरन्तरता दिने जनाएको छ । गाउँपालिकाका अनुसार ग्रामीण क्षेत्रमा अझै पनि अधिकांश किसान परम्परागत खेती प्रणाली निर्भर रहेकाले कृषि यान्त्रिकीकरण आवश्यक भएको हो ।

बाँदरका कारण दुई सय रोपनी खेत बाँझै



खोटाङ/ बसाइसराइ र बाँदरको समस्याले खोटाङको याम्खामा करिब दुई सय रोपनी जग्गा जंगलमा परिणत भएको छ । बसाइसराइका कारण करिब १५ वर्षयता भस्मे र चिउरी भीरका खेतहरु बाँझिदै गएको स्थानीय दरकुमार राईले बताए । अहिलेसम्म त्यस क्षेत्रमा २ सय बढी रोपनी खेतहरु बाँझिएको उनको भनाइ छ ।

दिप्रुङ चुइचुम्मा गाउँपालिका–१, याम्खा रातमाटास्थित भस्मे र चिउरी भिरका वर्षको तीन बालीसम्म उत्पादन हुने करिब दुई सय रोपनी उर्वर भूमि गौचरण र जंगलमा परिणत भएका हुन् ।

गाउँमै बसोवास गर्दै आएका स्थानीयले घर वरिपरिका खेतहरूमा खेतीपाती गरिरहेका छन् । विशेष गरी गाउँ छाडेर बसाइँ जानेहरूको खेतहरु बाँझिएको स्थानीय बताउछन् । बाँदरको कारणले कतिपय खेतहरूमा गाउँमै हुनेले पनि खेती लगाउन छाडेका हुन् ।

खेत धनीले छाडेर हिँडेपछि उक्त ठाउँमा धान फल्ने खेतहरु जङ्गलमा परिणत भएका हुन् । नजिकै याम्खाको रातमाटेमा मकै, गहुँ, वर्षमा दुई बाली धान स्थानीयले उत्पादन गर्दै आएका छन् । गाउँ छेउकै उस्तै उर्वर भूमि भस्मे र चिउरी भिरका खेतमा भने गौचरण र जंगलमा परिणत भएका छन् ।

चिउरी भीरको करिब २० मुरी धान उत्पादन हुने खेतमा केही वर्ष अघिसम्म रोपाइँहुँदै आएको थियो । तर, वरिपरि सबै जंगल भएपछि जंगली जनावार बाँदरबाट बाली जोगाउन नसकेर बाँझै छाडिएको पर्वत राई बताउँछन् ।

वार्लाङ खोला तिनतले चिउरीभीर सिँचाइ योजना सोही बाँझो खेत हुँदै बग्छ । रातमाटाका खेतहरु उक्त पानीले अहिले पनि सिँचित गर्छ । सिँचाइ विकास डिभिजन कार्यालय खोटाङबाट आर्थिक वर्ष २०८२/०८३ मा बजेट व्यवस्थापन गरी उक्त सिँचाइ योजना थप व्यवस्थितसमेत बनाइएको छ । तर, चिउरीभीर र भस्मेका २ सय बढी रोपनी खेत भने बाँझै छ ।

फ्ल्याट खाली

दमक-५ मंगलदीप उत्तर अफिस प्रयोजनका लागि फ्ल्याट खाली छ ।

सम्पर्कका लागि 9817000579

दमक नगरपालिका

नगरकार्यपालिकाको कार्यालय, दमक झापाको

दमक पशुहाट कर संकलन ठेक्का आह्वानको ७ दिने सूचना

(चौथो पटक प्रकाशित मिति २०८३/०३/२९)

दमक नगरपालिकाले चालु आ.ब.२०८३।०८४ मा कृषि तथा पशुजन्य वस्तुको व्यवसायिकक कारोवारमा लाग्ने कर पशुहाट कर ठेक्काका लागि नगरपालिकाले तेस्रो पटक बोलपत्र पेशका लागि ७ दिने सूचना प्रकाशन गरिएको व्यहोरा सम्वन्धित सवैलाई जानकारीको लागि अनुरोध छ। यस सम्वन्धि बिस्तृत जानकारीको लागि bolpatra.gov.np मा हेर्न र पेश गर्न सक्नु हुनेछ ।

तपशील

सिन	ठेक्का नं.	बोलपत्रको नाम	न्युनतम ठेक्का अंक रु. (भ्याट बाहेक)	धरौटी रकम	बोलपत्र फारसदस्तुर रु.
१	DMO/JHAPA / PASU/ 178/82/83	कृषि तथा पशुजन्य वस्तुको व्यवसायिक कारोवारमा लाग्ने कर पशुहाट कर	१,४४,९१,३९९।५० (अक्षेरुपी एक करोड चौवालिस लाख एकानब्बे हजार तिन सय उन्नानसय पैसा पचास मात्र)	कबोल गरेको रकमको ५%	३००० तीन हजार

प्रधान सम्पादक/प्रकाशक: गञ्जबहादुर दाहाल, **प्रबन्धक**: सुवासचन्द्र भट्टराई, **कार्यकारी सम्पादक**: खगेन्द्र कार्की **ले-आउट**: सुरेन बस्नेत **सल्लाहकार** : पंकज दाहाल

कार्यालय: दमक-५, झापा, फोन: ०२३-५७०२७२, **मुद्रण**: ज्योति अफसेट प्रेस, E-mail:purbasandesh@yahoo.com