नकारात्मकताको आयामिक नेपाली समाज

बाँस्कोटा धनञ्जय
baskota69@gmail.com

(२)

जि.प्र.का.झापा द.नं.६९। ०५७।०५८ सत्यता, स्वतन्त्रता र निष्पक्षता हाम्रो प्रतिबद्धता राष्ट्रिय दैनिक

पूर्वसन्देश

PURBA SANDESH NATIONAL DAILY

purbasandesh.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

ठूलो ट्याङ्कीमा कम्प्रेसर प्रविधियुक्त

झापा सेफ्टी ट्याङ्की तथा ढल सरसफाई

दमक :
देवीप्रसाद सिटौला
(९८४२७६०२६५/९८२४९७९१८५)

बिर्तामोड:
राजकुमार श्रेष्ठ
९८०६०१०४१०

❑ वर्ष-२१ ❑ अंक - २१९ ❑ २०८३ भाद्र ०८ गते सोमबार ❑ Saturday, 24 Aug. 2026 ❑ मूल्य ७ /-

माछा मार्दा करेन्ट लागेर मृत्यु

मोरङ/ मोरङको कटहरी गाउँपालिकामा नहरमा करेन्ट लगाएर माछा मार्ने क्रममा करेन्ट लाग्दा एकजनाको मृत्यु भएको छ ।

कटहरी गाउँपालिका-१ खोरियाका ४४ वर्षीय पवन राजवंशीको करेन्ट लागेर मृत्यु भएको हो । प्रहरीका अनुसार शनिबार बिहान करिब ९:५५ बजे घरनजिकै रहेको नहरमा करेन्ट लगाएर माछा मार्ने क्रममा राजवंशीलाई अचानक करेन्ट लागेको थियो ।

करेन्ट लागेर घाइते भएका उनलाई उपचारका लागि विराटनगरस्थित कोशी अस्पताल ल्याइएको थियो। अस्पताल पुऱ्याइएको केही समयमै बिहान १०:१० बजे चिकित्सकले जाँच गर्दा उनको मृत्यु भइसकेको घोषणा गरेका थिए। घटनाको खबर प्राप्त भएपछि प्रहरी चौकी कटहरीबाट प्रहरी वरिष्ठ नायब निरीक्षक चन्द्रिका कुमार श्रेष्ठको कमान्डमा प्रहरी टोली घटनास्थलमा खटिएको थियो । घटनाबारे थप अनुसन्धान भइरहेको प्रहरीले जनाएको छ ।

लागुऔषधसहित तीन जना पक्राउ

भद्रपुर/ झापाको सीमावर्ती क्षेत्रबाट लागुऔषधसहित तीन जना पक्राउ परेका छन् । जिल्ला प्रहरी कार्यालयका सूचना अधिकारी एवम् प्रहरी नायब उपरीक्षक रञ्जन अवाका अनुसार झापा गाउँपालिका-४ चर्तागाछीमा भारतबाट नेपालतर्फ पैदल आउँदै गरेका शिवसताक्षी नगरपालिका-९ का १७ वर्षीय गौरव चौधरीलाई पक्राउ गरिएको हो । जाँचका क्रममा निजको साथबाट प्लास्टिकसहित सात ग्राम १० मिलीग्राम ब्राउनसुगर तथा नाइट्रोजन ट्याब्लेट १८ थान बरामद भएको छ । त्यस्तै, भारततर्फबाट साइकलमा नेपाल आउँदै गरेका शिवसताक्षी-६ का २८ वर्षीय प्रभाष बास्के र २६ वर्षीय फिलिप मर्डीलाई टाघनडुब्बा स्कुल टोलबाट पक्राउ गरिएको प्रहरी नायब उपरीक्षक अवाले जानकारी दिए । बाँकी ४ पेजमा ▸▸

गरिमा प्रकरणले देखाएको राज्यको ऐना

किन बढ्दैछ जघन्य अपराध ?

✍ विमल लामिछाने

समाचार विश्लेषण

दमक/ घटनाको विवरण सुन्दा अपत्यारिलो जस्तो लाग्छ । तर, समाजमा बढ्दै गरेका जघन्य अपराधका घटनाले समाज कता गइरहेको छ भन्ने गम्भीर प्रश्न खडा गरिदिएको छ ।

बारा जिल्लाको जितपुरसिमरा उपमहानगरपालिकाकी ३ वर्षीया बालिका गरिमा चौधरीमाथि भएको जघन्य बलात्कार तथा हत्याको घटनाले नेपाली समाज, न्याय प्रणाली र राज्यको सुरक्षा संयन्त्रमाथि गम्भीर प्रश्नहरू खडा गरेको छ । बालबालिकामाथि हुने यस्ता पाशविक अपराधहरूले केवल एउटा परिवारको काख रित्याएको छैन, समग्र सभ्य समाजको चेतना र राज्यको उपस्थितिमाथि नै ठूलो व्यंग्य गरेको छ ।

घटनापश्चात पीडित परिवार र सरकारबिच भएको तीन बुँदे सहमतिले कानुनी सुधारको केही संकेत देखाए पनि यसले आम नागरिकमा रहेको गहिरो आक्रोश र असन्तुष्टि मेटाउन सकेको छैन । ३१ साउनमा घरबाट हराएकी अबोध बालिकाको खोजीका क्रममा देखिएको क्रूर यथार्थले मानिसहरूलाई स्तब्ध बनाएको छ । बालिकालाई चकलेटको प्रलोभन देखाएर सुनसान घरमा लगि बलात्कारपछि हत्या गर्ने १६ वर्षीय किशोर स्वयम् खोजी कार्यमा पीडित परिवारसँगै सामेल भएर नाटक गरिरहेका थिए भन्ने सुन्दा अझै आक्रोस बढेर आउँछ । प्रहरीको तालिम प्राप्त कुकुरको संकेतपछि मात्र यो घटनाको पर्दाफास हुनुले समाजमा मानवीय संवेदना र सुरक्षाको दायरा कति कमजोर भइसकेको छ भन्ने स्पष्ट पार्छ ।

यस जघन्य घटनापछि उत्पन्न जनआक्रोशका कारण गृह मन्त्रालयमा भएको उच्चस्तरीय छलफलमा पीडित परिवार र सरकारबिच तीन बुँदे सहमति भएको छ । जसमा विद्यमान कानूनको कसूर र सजायको व्यवस्था पुनरावलोकन गरी कानून तर्जुमाका लागि सुझावसहितको प्रतिवेदन ७ दिनभित्र पेस गर्ने, कानून, न्याय तथा संसदीय मामिला मन्त्रालयबाट ७ सदस्यीय गरिमा न्याय संकल्प समिति गठन गर्ने र बालिकाको सालिक निर्माण तथा रीतिरिवाज अनुसार अन्त्येष्टि गर्ने उल्लेख छ । तर, घटनाको प्रकृति अत्यधिक संवेदनशील हुँदाहुँदै पनि राज्यका जिम्मेवार निकायहरूको सुरूवाती सुस्ती र मन्त्रीहरूको सतही स्टन्टबाजी चर्को आलोचनाको केन्द्रमा रहेको छ । जनताको ठुलो आशा बोकेर सत्तामा पुगेका बाँकी ४ पेजमा ▸▸

दमकका निर्माण व्यवसायी बस्नेत महासंघको केन्द्रीय सदस्यमा मनोनित

दमक/ झापाका निर्माण व्यवसायी दमक निवासी गणेशबहादुर बस्नेत नेपाल निर्माण व्यवसायी महासंघको केन्द्रीय सदस्यमा मनोनित भएका छन् । महासंघले निर्माण व्यवसायका क्षेत्रमा बस्नेतले पुऱ्याउँदै आएको योगदान प्रंशसनीय भएको भन्दै उनलाई केन्द्रीय सदस्यमा मनोनित गरिएको हो । विगत तीन दशक बाँकी ४ पेजमा ▸▸

कांग्रेस नेता लिलक सिटौलाको निधन

झापा / लामो समयदेखि प्रजातान्त्रिक आन्दोलनमा सक्रिय नेपाली कांग्रेसका नेता तथा प्रजातन्त्र सेनानी संघ झापाका अध्यक्ष लिलक सिटौलाको ६७ वर्षको उमेरमा निधन भएको छ ।

पेटको क्यान्सरबाट पीडित सिटौलाको आइतबार बिहान करिब १० बजेर १९ मिनेटमा अर्जुनधारा नगरपालिका-८ स्थित निजी निवासमा निधन भएको हो ।

सिटौला प्रजातन्त्र सेनानी संघ झापाका अध्यक्ष, नेपाली कांग्रेस झापाका पूर्व सदस्य तथा सुकुम्बासी समस्या समाधान आयोगका पूर्व अध्यक्षसमेत थिए । प्रजातान्त्रिक आन्दोलन तथा नेपाली कांग्रेसको संगठन विस्तारमा उनले लामो समयदेखि सक्रिय भूमिका निर्वाह गरेका थिए । सिटौलाको निधनले पार्टीलाई अपूरणीय क्षति पुगेको नेपाली कांग्रेस झापाले जनाएको छ ।

प्रेस युनियन सुनसरीको नयाँ नेतृत्व

इटहरी/ नेपाल प्रेस युनियन सुनसरीको १० औं सुनसरी जिल्ला अधिवेशनले ३ वर्षे कार्यकाल विभाजन गरी सहमतीय अध्यक्षमा मातृकाप्रसाद नेपाल र उषा किरण घिमिरे (भट्टराई)लाई निर्वाचित गरेको छ ।

पहिलो डेढ वर्षे कार्यकाल मातृका र बाँकी डेढ वर्ष अवधि भने उषाले जिम्मेवारी सम्हाल्ने छन् ।

शनिवार अबेर रात सम्म चलेको अधिवेशनमा सहमतीय अध्यक्षद्वय सहित कार्यसमितिका साथै केन्द्रीय र प्रदेश अधिवेशन प्रतिनिधिहरू पनि निर्विरोध निर्वाचित गरेको छ। नवनिर्वाचित कार्यसमितिको उपाध्यक्ष सुरेशचन्द्र दाहाल, महिला उपाध्यक्ष सरस्वती चौधरी, समावेशी उपाध्यक्ष वीरेन्द्र साह, सचिव सङ्गम विष्ट, सहसचिव समावेशी अजमल अन्सारी, सहसचिव महिला ज्योति पोखरेल, कोषाध्यक्ष नसिम अन्सारी रहेका छन् । सदस्यहरूमा दीपक पुरी, मौसम बाँकी ४ पेजमा ▸▸

दमकमा लुटिएको हतियार सहित २० वर्षीय युवक पक्राउ

दमक/ जेनजी आन्दोलनका क्रममा इलाका प्रहरी कार्यालय दमकबाट लुटिएको सटगन हतियारसहित प्रहरीले एकजनालाई पक्राउ गरेको छ । पक्राउ पर्नेमा मोरङको उर्लाबारी नगरपालिका-६, आइतबारे घर भई दमक नगरपालिका-१, रातोपुलस्थित अक्षय इन्टरप्राइजेज मोटरसाइकल ग्यारेजमा काम गर्ने २० वर्षीय सुमन कर्ण रहेका छन् ।

शनिबार दमक नगरपालिका-४, त्रिवेणी चोकस्थित खयरबारीमा लुकाएर राखिएको अवस्थामा प्रहरीले उक्त हतियार बरामद गरेको हो । गत भदौ २३ र २४ गते भएको जनजी आन्दोलनका क्रममा इलाका प्रहरी कार्यालय दमकबाट लुटिएको सटगन कर्णले लुकाएर राखेको भन्ने गोप्य सूचनाका आधारमा प्रहरीले खोजतलास गरेको थियो ।

इलाका प्रहरी कार्यालय दमकबाट खटिएको प्रहरी टोलीले कर्णलाई नियन्त्रणमा लिएर उनको साथबाट हतियार खोजतलास गर्दा प्रहरीको कम्बलमा पोको पारी लुकाइएको अवस्थामा सटगन फेला परेको थियो ।

प्रहरीका अनुसार १२१११९४ नम्बरको उक्त सटगनको ब्यारेल भाँचिएर दुई टुक्रा भएको अवस्थामा फेला परेको छ । प्रहरीले हतियारलाई रीतपूर्वक बरामद गरी कर्णलाई नियन्त्रणमा लिएर घटनाबारे थप अनुसन्धान भइरहेको इलाका प्रहरी कार्यालय दमकले जनाएको छ ।

चट्याङ लागेर हल गोरु मरे

खोटाङ/ खोटाङमा जोत्दै गरेको हल गोरुको चट्याङ लागेर ज्यान गएको छ। बारीमा जोतिरहेको समयमा चट्याङ लागेर हलेसी तुवाचुङ नगरपालिका -९ सल्लेका दिलकुमार राईको हल गोरु मरेका हुन्। जोतिरएका राई बेहोस् भएको स्थानीयले बताएका छन्। अहिले राईको स्वास्थ्य अवस्था सामान्य रहेको छ। राईको हलगोरु भने घटनास्थलमै मरेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय खोटाङले जनाएको छ।

गाडीको ठक्करबाट आमाछोरीको मृत्यु

दमक/ माइक्रोबसको ठक्करबाट रुकुम पश्चिममा आमाछोरीको मृत्यु भएको छ। सानीभेरी गाउँपालिका-८ एकान्तमा ईभी गाडीको ठक्करबाट उनीहरूको मृत्यु भएको प्रहरीले जनाएको छ।

शौचालय जानका लागि गाडीबाट ओर्लिएकी २६ वर्षीया स्वस्तिका पौडेल र उनकी २ वर्षीया छोरी शान्दिका ज्ञवालीलाई विपरीत दिशाबाट आएको भे१ ज१४८२ नम्बरको माइक्रोबसले ठक्कर दिएको थियो। घटनाको सम्बन्धमा प्रहरीले थप अनुसन्धान गरिरहेको जनाएको छ।

२४ अर्बको कृषिजन्य वस्तु आयात

दमक/ पूर्वी नाका काँकरभिट्टाबाट गत आर्थिक वर्षमा रू २४ अर्बभन्दा बढीको कृषिजन्य वस्तु आयात भएको छ ।

प्लान्ट क्वारेन्टाइन कार्यालय काँकरभिट्टाका प्रमुख नन्दकिशोर सिंहका अनुसार आव २०८२/८३ मा भारत, चीन, अष्ट्रेलिया र बंगलादेशबाट खाद्यान्न, दलहन, ताजा तरकारी तथा फलफूल गरी रू २४ अर्ब २६ करोड ७४ लाखको कृषिउपज सामग्री नेपाल भित्रिएको हो । आयातीत कृषि वस्तुमध्ये सबैभन्दा ठूलो हिस्सा खाद्यान्न र दलहनको रहेको छ । भारतबाट रू २४ करोड २३ लाख १३ हजारको चामल र रू १८ करोड ८३ लाखको कोदो आयात भएको छ ।

त्यस्तै, अष्ट्रेलिया र भारतबाट रू १८ करोड २७ लाख ९९ हजारको एक हजार ९९६ मेट्रिकटन चना बाँकी ४ पेजमा ▸▸

घर चाहियो

पूर्व-पश्चिम हाइवेबाट उत्तरमा कम्पाउण्डवाल र पार्किङ भएको पूर्व वा उत्तर फर्केको घर तु- चाहियो ।
इच्छुकले चाँडो सम्पर्क गर्नुहोला ।

सम्पर्कका लागि:
9852670911/ 9802782500

किसान नगदेबालीतर्फ आकर्षित हुँदै गएपछि

कोदो खेती संकटमा

दमक/ किसानहरू आम्दानीमुखी नगदेबालीतर्फ आकर्षित हुँदै गएपछि कोदो खेती क्रमशः संकटमा पर्दै गएको छ । पूर्वी नेपालका लिम्बूबहुल क्षेत्रमा विगतमा प्रमुख खाद्यान्न बालीका रूपमा व्यापक रूपमा कोदो खेती गरिन्थ्यो ।

लिम्बू संस्कृतिसँग गाँसिएको कोदो खेतीबाट समुदाय टाढिँदै गए र संस्कृति नै कमजोर बन्दै गएमा स्थानीय रैथाने कोदोका जातसमेत लोप हुने जोखिम रहेको जानकारहरू बताउँछन् ।

पछिल्लो समय विशेषगरी पाँचथर, ताप्लेजुङ, तेह्रथुम र इलामका लिम्बू समुदायले मात्र सीमित क्षेत्रमा कोदो खेती गर्ने गरेका छन् । रोपिने कोदो पनि अधिकांशतः खानका लागि नभई देवतालाई चढाउनका लागि उत्पादन गरिन्छ । आफूले नखाए पनि परम्परादेखि मान्दै आएका देवतालाई कोदो चढाउनुपर्ने लिम्बू सांस्कृतिक परम्परा रहेको छ ।

लिम्बू संस्कृति अध्येता तथा पूर्व प्राज्ञ सदस्य हरिचन्द्र लावतीका अनुसार सृष्टिकर्ता तागेरा निङवाभुमाङलाई न्वागीका अवसरमा धानसँगै कोदो पनि चढाउनैपर्ने चलन छ । उनका अनुसार अन्य देवी–देवताका विशेष पूजामा समेत कोदोबाट बनाइने तोङ्बा अनिवार्य मानिन्छ । यही कारण धेरै गैरलिम्बू किसानले कोदो खेती छाडिसके पनि लिम्बू समुदायले बाँकी ४ पेजमा ▸▸

मानव बेचबिखन नियन्त्रण गरौं

मानव बेचविखन भन्नाले:

- मानिसलाई झुक्याएर बन्धक बनाउने वा दास बनाउने,
- मानिसलाई खरिद बिक्री गर्ने र जवरजस्ती काममा लगाउने,
- कुनै प्रकारको फाइदा लिई वा नलिई वेश्यावृत्तिमा लगाउने,
- प्रचलित कानुन विपरीत मानव अङ्ग झिक्ने वा व्यापारिक प्रयोजनमा खरिद बिक्री गर्ने,
- वेश्यागमन गर्ने वा गराउनेजस्ता कार्य हुन् ।

तसर्थ:

- मानव बेचविखनजन्य कार्य गर्ने/गराउनेलाई कानुनबमोजिम कारवाही हुन्छ,

मानव बेचविखन गरे/गराएको जानकारी पाएमा नजिकको प्रहरी कार्यालयमा खबर गरौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

सम्पादकीय

सब्जीमा आत्मनिर्भरताको खाँचो

हामी सागसब्जीमा पनि परनिर्भर नै छौं । तर, यो पटक प्लान्ट क्वारेन्टाइन कार्यालय काँकडभिट्टाको तथ्यांक अनुसार पूर्वी नाका हुँदै एक वर्षको अवधिमा भारत, बंगलादेश र अमेरिकासम्म ८ करोड ८४ लाख १४ हजार रूपैयाँ बराबरको सागसब्जी निर्यात भएको तथ्यांक सार्वजनिक हुनु सकारात्मक हो ।

नेपालको भूगोल, माटो र हावापानी कृषिका लागि उत्साहजनक छ । आर्थिक वर्ष २०८२/८३ मा ६ हजार ५१८ मेट्रिक टन बन्दाकोभी, सिमी, हरियो खुर्सानी र टमाटर विदेश निर्यात हुनुले नेपालमा उत्पादित तरकारीले अन्तर्राष्ट्रिय बजारमा स्थान पाउन सक्ने सामर्थ्य प्रष्ट्याएको छ ।

भारततर्फ ६ हजार २०१ मेट्रिक टन बन्दाकोभी निर्यात हुँदा ८ करोड ४७ लाख ६२ हजार रूपैयाँ विदेशी मुद्रा भित्रिनु तथा बंगलादेश र अमेरिकासम्म नेपाली तरकारी पुग्नु उत्पादनको दायरा फराकिलो बन्दै गएको सुखद संकेत हो ।

तर, यो सानो सफलताले मात्र हाम्रो कृषि क्षेत्रको वास्तविक चित्र प्रस्तुत गर्दैन। एकतर्फ थोरै परिमाणमा तरकारी निर्यात हुँदै गर्दा अर्कोतर्फ हामी अझै पनि अर्बौं रूपैयाँको खाद्यान्न तथा तरकारी आयात गर्न विवश छौं । कृषि र उत्पादनलाई राज्यले वास्तविक अर्थमा प्राथमिकतामा नराखेकै कारण परनिर्भरता दिनप्रतिदिन बढिरहेको छ ।

अब देशलाई आत्मनिर्भर बनाउने र निर्यातमा जोड दिने हो भने राज्यले भाषणमा मात्र होइन, धरातलीय यथार्थमा आधारित भएर काम गर्नुपर्छ । कृषकलाई समयमै मल, बीउ, सिँचाइ र सस्तो ब्याजमा कर्जा उपलब्ध गराउनुका साथै प्रत्येक स्थानीय तहमा उत्पादन र बजारीकरणको बलियो संयन्त्र बनाउन जरूरी छ ।

पूर्वी नाकाबाट देखिएको यो निर्यातको आँकडाले हामीसँग क्षमता छ भन्ने गतिलो सन्देश दिएको छ । अब आयातलाई प्रतिस्थापन र निर्यातलाई प्रवर्द्धन गर्ने ठोस नीतिगत प्रतिबद्धता राज्यले देखाउनैपर्छ । यदि कृषि क्षेत्रलाई राज्यको पहिलो प्राथामिकताप्राप्त क्षेत्र बनाएर अगाडि बढ्ने हो भने नेपाल कृषिमा आत्मनिर्भर मात्र होइन, आत्मनिर्भरताको बलमा सबल निर्यातक राष्ट्र बन्न सक्ने देखिन्छ । उत्पादनमा सबैको जोडबल आवश्यक छ ।

सामाजिक सञ्जाल

'बलात्कार कहिल्यै सामान्य होइन' : पुरानो भिडियो सन्दर्भविहीन फैलाइएको मन्त्री गौतमको स्पष्टीकरण

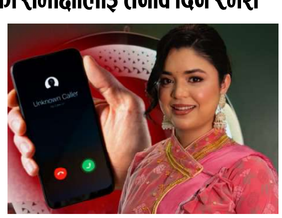
काठमाडौं । कानुन, न्याय तथा संसदीय मामिलामन्त्री सोविता गौतमले आफूले बोलेको पुरानो भिडियोको अंश काटेर सन्दर्भविहीन रूपमा सामाजिक सञ्जालमा फैलाइएको भन्दै आपत्ति जनाएकी छन् । उनले आफूले कहिल्यै बलात्कारलाई सामान्य वा स्वीकार्य नभनेको स्पष्ट पार्दै यस्तो संवेदनशील विषयमा भ्रम फैलाउनु गैरजिम्मेवार कार्य भएको बताएकी हुन् ।

आइतबार सामाजिक सञ्जालमार्फत स्पष्टीकरण दिँदै मन्त्री गौतमले आफूले निकै सानो उमेरमा बोलेका शब्दलाई सन्दर्भबाट अलग गरेर 'बलात्कार सामान्य हो' भन्ने अर्थमा प्रचार गरिएको बताइन् । उनले आफूले पटक(पटक बलात्कार कहिल्यै सामान्य र स्वीकार्य हुन नसक्ने धारणा राख्दै आएको पनि स्पष्ट गरिन् । उनका अनुसार त्यसबेला आफूले हिंसामा परेकी महिलालाई समाजले थप लज्जा, दोष र सामाजिक बहिष्कारको सजाय दिन नहुने विषय उठाउन खोजेकी थिइन् ।

गरिमा प्रकरणले आफूलाई कानुनमन्त्रीका रूपमा मात्र नभई आमा र छोरीका रूपमा समेत गहिरो पीडा दिएको उल्लेख गर्दै उनले यस्ता जघन्य अपराध रोक्न कानुनी सुधारलाई तीव्रता दिने प्रतिबद्धता जनाइन् । मन्त्री गौतमले घटनाले समाजको शिक्षा, परिवार, सामाजिक चेतना, बालबालिकाको हुर्काइ, डिजिटल वातावरण, कानुन कार्यान्वयन र राज्य प्रणालीमाथि गम्भीर प्रश्न उठाएको बताइन् । १४ वर्षको किशोरले तीन वर्षीया बालिकाको संरक्षण गर्नुपर्ने उमेर र जिम्मेवारीबारे समेत समाजले सिकाउन नसक्नु परिवर्तनको अधुरोपन भएको उनको भनाइ छ । बलात्कार तथा महिलाविरूद्ध हुने हिंसासम्बन्धी कानुनी कमजोरी अध्ययनको प्रक्रिया सुरू भइसकेको र आवश्यक संशोधन संसद्मा लैजाने तयारी भइरहेको उनले जानकारी दिइन् ।

गरिमा प्रकरणपछि देशभर उठेको आक्रोश स्वाभाविक भए पनि संविधान र कानुनभन्दा बाहिर गएर सरकारले निर्णय गर्न नसक्ने उनको भनाइ छ । नेपालको संविधानले मृत्युदण्डसम्बन्धी कानुन बनाउन अनुमति नदिएकाले भावनाका आधारमा नभई विधिको शासनअनुसार न्याय प्रक्रिया अघि बढाउनुपर्ने उनले बताइन् । अनुसन्धान पूरा नहुँदै सामाजिक सञ्जाल र सञ्चारमाध्यमबाट हुने 'मिडिया ट्रायल' ले न्याय प्रक्रियालाई कमजोर पार्ने भन्दै उनले अपुष्ट विवरण फैलाउने र जनमतबाटै मुद्दाको फैसला गर्न खोज्ने प्रवृत्ति रोक्नुपर्नेमा जोड दिइन् ।

डेढ वर्षदेखि गायिका समीक्षालाई तनाव दिने रमेश



करिब डेढ वर्षदेखि एउटै व्यक्तिले पटक(पटक फरक-फरक नम्बरबाट मलाई फोन गरिरहनुभएको छ । फोन उठाउँदा "म रमेश शाही" भन्नुहुन्छ, तर "के कामले फोन गर्नुभएको?" भनेर सोध्दा आफ्नो नामबाहेक कुनै स्पष्ट कुरा गर्नुहुन्न । एउटा नम्बर ब्लक गरेपछि अर्को नम्बरबाट फेरि उही कुरा दोहोरिन्छ ।

डेढ वर्षसम्म लगातार यस्तो भइरहेपछि यो कुरा सार्वजनिक रूपमा लेख्नुपर्ने बाध्यता भयो । डेढ वर्षको अवधिमा अहिलेसम्म करिब ५०० वटा फरक(फरक नम्बरबाट आएका कल ब्लक गरिसकेँ होला । अझै पनि उहाँले अरू व्यक्तिहरूको मोबाइल नम्बर प्रयोग गरेर मलाई फोन गरिरहनुभएको छ । एउटा नम्बर ब्लक गरेपछि फेरि अर्को नम्बरबाट फोन आउने क्रम रोकिएको छैन ।"

कृपया मेरो नम्बर कसैले माग्दैमा बिना कारण र बिना सोचविचार अरूलाई नदिनुहोला। उहाँले मेरो नम्बर किन र के कामका लागि माग्नुभएको हो, एक पटक बुझेर मात्र दिनुहोला । साथै, उहाँलाई आफ्नो मोबाइल नम्बर दिने सबै जनाले पनि कृपया सोचेर र बुझेर मात्र आफ्नो नम्बर उपलब्ध गराइदिनुहोला ।

यो पोस्ट कसैलाई अनावश्यक रूपमा आरोप लगाउनका लागि होइन, तर लामो समयदेखि भइरहेको यस्तो व्यवहार रोकियोस् भन्ने उद्देश्यले लेखेकी हुँ। सबैले यस विषयलाई गम्भीर रूपमा बुझिदिनुहोला ।

समयचक्र

नकारात्मकताको आयामिक नेपाली समाज

बाँस्कोटा धनञ्जय
baskota69@gmail.com

सामाजिक सञ्जालमार्फत अफवाह, गलत सूचना, गालीगलौज तथा आक्रामक राजनीतिक बहस पनि तीव्र गतिमा फैलिन्छ । रचनात्मक संवादलाई प्रोत्साहन गर्नुपर्ने स्थानमा बहसहरु कतिपय अवस्थामा व्यक्तिगत आक्रमण र असहिष्णुताको माध्यम बन्ने गरेका छन् । ०

"Every moment spent in negativity is paid for with something truly priceless. That something is life."
- Ralph Marston

(हर नकारात्मकतामा बिताएको हर क्षण यति मूल्यवान हुन्छ कि त्यो मूल्य भनेको जीवन हो । (अर्थात् जीवन वर्बाद हो)

सन् २००४ मा राल्फ मार्सनले लेखेको यो वाक्य पढेपछि मलाई पनि केही लेख्न मन लाग्यो यो विषयमा ।

केही दिन अघि मैले एउटा मान्छेको एउटा निन्दनीय सामाजिक सञ्जालको पोस्टमा यस्तो कमेन्ट गरेको थिएँ, 'भाइ, संघसंस्थाहरु तथा घरपरिवारहरूमा झगडा लगाउन बल पुग्ने पत्रकारिता गर्नु पर्छ भनेर कुन पाठ्यक्रमको पत्रकारीतामा पढ्न पाइन्छ ?' मेरो उद्देश्य परिवार र संघसंस्थाहरूमा फाटो र झगडा बढाउने भूमिका पत्रकारीताले गर्नु हुँदैन भन्ने मात्रै थियो । किनभने परिवारका आफ्नै पारिबारिक विरासत, संस्कार, परम्परा, धर्म, संबन्धहरु हुन्छन् । संघसंस्थाका आफ्नै नियमहरु, बिधानहरु हुन्छन् चल्ने, अरु कसैले आएर 'बीचमा बाठो भएर' बोलेको कुराले समाधान होइन, झन् द्वन्द्व बढाउने र परिस्थितिलाई झन् कमजोर बनाउने काम हुन्छ भन्ने मात्रै थियो । तर मेरो त्यति कुरालाई लिएर मेरो टिप्पणीमाथि 'नितान्त घटिया' टिप्पणी भए, त्यो पनि त्यो संस्थासंग कुनै पनि सारोकार र संबन्ध नभएका व्यक्तिहरूबाट । त्यस विषयबस्तुको एक प्रतिशत पनि जानकारी र ज्ञान नभएका मान्छेहरु ममाथि खनिए । र त्यतिमात्रै होइन, ती जीवनभर दशवटा किताव र सरले लेखिदिएका ५० थान नोट पढेर केही थान सर्टिफिकेट पाएका मान्छेहरु पनि थिए । कोही त विश्वविद्यालयको अनुहार नदेखेका पनि थिए ।

त्यसपछि मेरो मनमा एउटा प्रश्न उब्जियो, 'नेपाली समाज किन यति धेरै नकारात्मक सोचको शिकार भयो ? के छन् कारणहरु ?' अनि मैले आफुसंग जोडिएका, चिनेका, नचिनेका थुप्रै मान्टेका साकाजिक सञ्जालका पोस्टहरुमाथि अनुसन्धान गर्न थालें । त्यसमा मैले यस्ता कारकतत्वहरु पाएँ जसले मान्छेका दिमागका फूल कहिल्यै फुलेको देखिएन । सँधै काँढाले बास गरिरह्यो ।

नेपाली समाजमा नकारात्मक सोच पछिल्लो समय बढ्दो रूपमा देखिन थालेको छ र यो निराशाजनक सामाजिक विषय बनेको छ । निराशावाद, पूर्वाग्रह, ईर्ष्या, विभेद, असहिष्णुता, शंका, हताशपन तथा समाधान खोज्नुभन्दा अरूको आलोचना गर्ने प्रवृत्तिका रूपमा यसको अभिव्यक्ति भइरहेको छ । नेपाली समुदायमा यसको विस्तारमा सामाजिक, आर्थिक, सांस्कृतिक तथा राजनीतिक पक्षहरूले महत्वपूर्ण भूमिका खेलिरहेका छन् ।

बेरोजगारी र सीमित अवसर पनि नकारात्मक सोचको महत्वपूर्ण कारण हो । धेरै शिक्षित नेपाली युवाले अध्ययन पूरा गरे पनि स्वदेशमै आफ्नो योग्यता र चाहनाअनुसारको रोजगारी पाउन कठिनाइ भइरहेको छ । हजारौँ युवा रोजगारी तथा अवसरको खोजीमा विदेश जान्छन् । वैदेशिक रोजगारीले परिवारको आम्दानी सुधार्न सहयोग गरे पनि यसले सामाजिक दबाबसमेत सिर्जना गरिरहेको छ । विदेश गएका साथीभाइ वा आर्थिक रूपमा सफल देखिने व्यक्तिसँग आफूलाई तुलना गरेर युवामा हीनभावना, निराशा र असन्तुष्टि पैदा भइरहेको छ ।

शिक्षा प्रणाली पनि दोषी छ । शिक्षाले आलोचनात्मक सोच, सिर्जनशीलता, आत्मविश्वास र सामाजिक उत्तरदायित्व विकास गर्नुपर्ने हो । तर परीक्षा, अंक र प्रतिस्पर्धामा मात्रै अत्याधिक जोड दिँदा विद्यार्थीले आफ्नो मूल्या[illegible]न शैक्षिक उपलब्धिबाट मात्र गरिरहेका छन् । अपेक्षाअनुसार सफलता हासिल गर्न नसक्ने विद्यार्थीमा हीनभावना विकसित हुन्छ । त्यसैगरी भावनात्मक शिक्षा, नैतिकता र सञ्चार सीपमा पर्याप्त ध्यान नदिँदा युवालाई असफलता, असहमति र आलोचनालाई सकारात्मक रूपमा सामना गर्न कठिन । त्यसमा पनि राजनीतिमा तिनको प्रयोग गरेर तिनका सपनाहरूको सर्वनाश गरिरहेका छन् राजनीतिक अगुवाहरूले । तिनलाई आन्दोलनमा उफार्ने, तर त्यसको सिर्जनात्मक सोचाइ नराख्ने, अधिकार माग्ने तर कर्तव्य कहिल्यै नभन्ने जमात निर्माण भइरहेको छ ।

सामाजिक तुलना र सामाजिक सञ्जालको प्रभावले समस्या थप जटिल बनाएको छ । फेसबुक, टिकटक, इन्स्टाग्राम र युट्युबजस्ता माध्यमले मानिसलाई अरूका जीवनशैली, उपलब्धि र सम्पत्तिका आकर्षक प्रस्तुतिहरूसँग निरन्तर परिचित गराउँछ र प्रलोभनमा पारिरहन्छ । प्रयोगकर्ताहरूले आफ्नो सामान्य जीवनलाई सामाजिक सञ्जालमा देखाइने अरूको 'पूर्ण' जीवनसँग तुलना गर्ने गर्छन् । यसले ईर्ष्या, असन्तुष्टि र आत्मविश्वासमा कमी ल्याउछ । सामाजिक सञ्जालमार्फत अफवाह, गलत सूचना, गालीगलौज तथा आक्रामक राजनीतिक बहस पनि तीव्र गतिमा फैलिन्छ । रचनात्मक संवादलाई प्रोत्साहन गर्नुपर्ने स्थानमा बहसहरु कतिपय अवस्थामा व्यक्तिगत आक्रमण र असहिष्णुताको माध्यम बन्ने गरेका छन् । १२ पास गरेको छैन ऊ 'बरिष्ठ पत्रकार' भएर एउटा परिचयपत्र, जुन जसले पनि सहजै दिन्छन्, घाँटीमा भिरेर, एउटा क्यामेरा बोकेर आएपछि उसलाई 'कसैले छुनु, बोल्नु हुँदैन' । उनै सबै कुरा जान्ने हुन्छ । पहिलो पटक पाइला टेकेको ठाउँमा पुग्छ, त्यहाँको भुल्लोभाङ केही थाहा छैन, तर ऊ उपदेश दिन्छ, एकतर्फी कुरा सुनेर 'न्यायधिस' भएर फैसला पनि क्यामेरामै सुनाउँछ र सामाजिक सञ्जालमा त्यसको 'भ्यू' कति आयो भनेर बेलाबेला चेक गर्छ । अनि कमेन्ट गर्छन् त्यो विषयको क ख थाहा नपाएकाहरूले : 'हो त, ठीक भन्नु भयो । अन्याय गर्न पाईंदैन । पत्रकार यस्तो पो हुनुपर्छ' आदि । अनि कतिका परिवार ध्वस्त हुन्छन्, कतिका संघसंस्थाहरु । विषबस्तुको गहिराइमा नपुगी अफवाह फैलिन्छ संसारभर । यस्तो छ परिस्थिति ।

विभिन्न समुदायप्रति रहेका रूढ धारणाले पुस्तौँदेखि नकारात्मक दृष्टिकोणलाई निरन्तरता दिइरहेका छन् । बालबालिकाले आफूले ती धारणामाथि प्रश्न उठाउन सक्ने उमेर पुग्नुअघि नै परिवार, छिमेकी वा समुदायबाट पूर्वाग्रह सिक्छन् । यस्ता दृष्टिकोणले विविधताको सम्मान गर्न बाधा पुर्‍याउनुका साथै विभिन्न सामाजिक समूहबीच दूरी र द्वन्द्व बढाउँछ ।

राजनीतिक अस्थिरता र सार्वजनिक संस्थाप्रतिको अविश्वास उल्लेखनीय कारण हुन् । नेपालमा लामो समयदेखि राजनीतिक परिवर्तन, द्वन्द्व तथा सरकारको अस्थिरता अनुभव गर्दै आएका नागरिकहरूमा नकारात्मकता मात्रै छ । कसैप्रति सकारात्मक सोच छैन । भ्रष्टाचार, कमजोर प्रशासन, पूरा नभएका प्रतिबद्धता तथा राजनीतिक विवाद बारम्बार देखिँदा नागरिकको सार्वजनिक संस्थाप्रतिको विश्वास कमजोर हुने र यस्तो निराशा क्रमशः 'केही पनि परिवर्तन हुँदैन' भन्ने व्यापक धारणामा परिणत भइरहेको छ । राजनीतिक बहससमेत विभाजित बन्दै जाँदा व्यक्तिका विचारभन्दा उसको राजनीतिक दलसँगको आबद्धताका आधारमा मूल्यांकन गर्ने प्रवृत्ति छ । यस्तो देखिन्छ, प्रायजसो मान्छेलाई 'झोले' बन्नै आनन्द लागिराखेको छ । वा त त्यो बन्न ऊ बाध्य छ ।

पारिवारिक तथा सामाजिक दबाबले पनि नकारात्मक सोचलाई बढावा दिन्छ । धेरै परिवारमा युवामाथि उच्च अंक ल्याउने, प्रतिष्ठित रोजगारी हासिल गर्ने, राम्रो आम्दानी गर्ने र सामाजिक अपेक्षाअनुसार चल्ने दबाब हुन्छ । विवाह, करियर, शारीरिक बनावट तथा आर्थिक हैसियतसमेत दबाबका स्रोत बन्छन् । आफन्त तथा साथीभाइसँग निरन्तर तुलना गर्ने वा आलोचना गर्ने प्रवृत्तिले आत्मविश्वास कमजोर बनाउने र त्यस्तै, असफल हुने व्यक्तिलाई गल्तीबाट सिक्न प्रोत्साहन दिनुको सट्टा सामाजिक रूपमा हेय दृष्टिले हेर्ने प्रवृत्तिले समस्या थप गम्भीर बनाइरहेको छ । ऊ आफ्ना लागि नभएर अरूका लागि काम गर्न बाध्य हुन्छ ।

मानसिक स्वास्थ्यसम्बन्धी चेतनाको कमी र भावनात्मक सहयोगको अभावले पनि यी समस्यालाई थप जटिल बनाउँछ । तनाव, एक्लोपन, दुःख वा निरन्तर चिन्ताबाट गुज्रिरहेका व्यक्तिले सामाजिक लाज वा कलंकका कारण आफ्ना भावना व्यक्त गर्न हिच्किचाउँछन् । भावनात्मक समस्या कहिलेकाहीँ कमजोरी वा इच्छाशक्तिको कमीका रूपमा हुन्छ, अनि सहयोगी संवाद र आवश्यक अवस्थामा उपयुक्त व्यावसायिक परामर्शको अभावमा नकारात्मक भावनाहरु लामो समयसम्म दबिएर रहन्छन्, जसले सम्बन्ध, शिक्षा र काममा समेत नकारात्मक असर पार्छ ।

अफवाह, शंका र आलोचनाको प्रवृत्ति पनि सामाजिक चिन्ताको विषय हो । कतिपय समुदायमा मानिसहरु अरूका उपलब्धिको प्रशंसा गर्नुभन्दा उनीहरूका गल्तीबारे चर्चा गर्न बढी रूचि राख्छन् । गफ र अनावश्यक चर्चा(परिचर्चाले सम्बन्ध बिगार्नुका साथै द्वन्द्व सिर्जना गर्छ । 'समाजले के भन्छ?' भन्ने चिन्ताले अत्यधिक प्रभाव पार्ने संस्कृतिले व्यक्तिलाई स्वतन्त्र र रचनात्मक निर्णय लिन समेत निरूत्साहित गरिरहेको छ ।

नेपालको सबैभन्दा ठूलो परम्परागत शक्ति भनेको सदैव यसको विविधतायुक्त समाज र सहकार्य गर्ने क्षमता थियो । आलोचनात्मक सोच, करूणा, समानता र आशावादलाई प्रोत्साहन गर्ने थियो । सम्मान, आदर, मायाँ थिए । तर पछिल्लो नेपाली राजनीतिक आयामहरूले यस्तो प्रमाणित गर्न थाले कि जसले धेरै गालीगलौज गर्छ उही 'खत्रा नेता' बन्न थाल्यो । जसले धेरै राज्यको कानूनको अवज्ञा गर्छ, त्यही 'ठूलो राजनेता' र 'ठूलो राजनीतिक दल' बन्ने अवसरहरु मिले । घण्टाघण्टामा बोली फेर्ने, गुट फेर्ने, दल फेर्ने, बोली फेर्ने अनि स्वार्थको लागि 'दिनलाई रात र रातलाई दिन बनाउन माहिर' मान्छेहरूले देश चलाए । 'राम्रो र नैतिकवान बोल्नेहरु कहिल्यै कहीं पनि पर्दामा देखिएनन् । यसरी नेपाली समाजले क्रमशः नकारात्मकतालाई संस्कार बनाउन थाल्यो । सम्मान, अवसर र साझा प्रगतिलाई प्राथमिकता दिने संस्कृतिको विकास गर्न सकिएन ।

- दमक, झापा

बाढी र पहिरोले पाचथरको फालेलुङ प्रभावित

पाँचथर । अविरल वर्षापछि ठाउँ-ठाउँमा पहिरो खस्दा पाँचथरको फालेलुङ गाउँपालिका-७ प्रभावित भएको छ । शनिबार अपराह्न वडा नं. ७ को सिदिन क्षेत्रका विभिन्न स्थानमा पहिरो खसेपछि जनजीवन प्रभावित भएको हो ।

पहिरोका कारण फिदिम-याङनाम-प्राङवुङ-फालौट सडकखण्डका एक दर्जनभन्दा बढी स्थानमा सडक अवरूद्ध भएको छ । धुँवा खोलामा आएको खहरेले सडकमा क्षति पुर्‍याउनुका साथै स्थानीय किसानले लगाएको अलैंची र खाद्यान्न बालीमा समेत क्षति पुगेको छ ।

अविरल वर्षासँगै आएको भेल थोकपन आधारभूत विद्यालय, बाँसबोटेसहित केही स्थानीयका घरमा समेत पसेको बताइएको छ। साँझपख आएको बाढीले सडक, बाटोघाटो तथा बालीनालीमा क्षति पुर्‍याएको फालेलुङ-७ का वडाध्यक्ष टेकबहादुर केरूङले बताए ।

बाढी र पहिरोका कारण भएको क्षतिको विवरण संकलन तथा अवरूद्ध सडक खुलाउने कामका लागि स्थानीय तहसँग समन्वय भइरहेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय पाँचथरले जनाएको छ। प्रहरीले बाढी र पहिरोबाट प्रभावित क्षेत्रको स्थलगत अवस्था तथा क्षतिको लेखाजोखा गर्ने काम भइरहेको जनाएको छ ।

इटहरीस्थित हाम्रो टोल विकासको नेतृत्वमा सिग्देल

इटहरी । इटहरी उपमहानगरपालिका-८ स्थित हाम्रो टोल विकास संस्थाको चौथो साधारण सभा तथा अधिवेशनले समाजसेवी तथा अगुवा चित्र सिग्देलको अध्यक्षतामा १३ सदस्यीय नयाँ कार्यसमिति सर्वसम्मत चयन गरेको छ ।

'हाम्रो टोल, हाम्रो पहिचान-एकता, विकास र सहयोग हाम्रो अभियान' भन्ने नाराका साथ स्थापित संस्थाको आगामी तीन वर्ष कार्यकालका लागि सिग्देलको नेतृत्वमा नयाँ कार्यसमिति चयन गरिएको हो । नवनिर्वाचित अध्यक्ष सिग्देलले यसअघिका अध्यक्ष तथा कार्यसमितिले टोललाई हराभरा, सुन्दर र शान्त बनाउन गरेको प्रयासलाई निरन्तरता दिँदै नयाँ सोच र योजनासहित अघि बढ्ने प्रतिबद्धता जनाए ।

संस्थाका अध्यक्ष दिनेश रसाइलीको अध्यक्षतामा सम्पन्न साधारण सभामा इटहरी उपमहानगरपालिका कार्यपालिका सदस्य दीपा राई प्रमुख अतिथि थिइन् । सभामा अध्यक्ष रसाइलीले सांगठनिक प्रतिवेदन तथा सचिव कमलाबाबु मैनालीले आर्थिक प्रतिवेदन प्रस्तुत गरेका थिए । दुवै प्रतिवेदन साधारण सभाले सर्वसम्मत पारित गरेको थियो ।

नयाँ कार्यसमिति चयनका लागि डा । डा. चन्द्रप्रसाद अधिकारी, होमनाथ भट्टराई र लक्ष्मण पराजुली सदस्य रहेको तीन सदस्यीय निर्वाचन मण्डल गठन गरिएको थियो । निर्वाचन मण्डलको सहजीकरणमा सम्पन्न बन्दसत्रले नयाँ नेतृत्व सर्वसम्मत चयन गरेको हो ।

नवनिर्वाचित समितिको उपाध्यक्षमा टेकनाथ आचार्य, सचिवमा सागर आचार्य, सहसचिवमा मन्दिरा पौडेल र कोषाध्यक्षमा राहुल सोनी चयन भएका छन् । सदस्यहरूमा सीताराम ढकाल, अनिल बर्देवा, रिता तामाङ, मेनुका दाहाल, छत्र चौधरी, हीरालाल विश्वकर्मा र राजन पौडेल रहेका छन् ।

साधारण सभाका अवसरमा शिक्षा, उद्यमशीलता, सामाजिक योगदान तथा विभिन्न क्षेत्रमा उल्लेखनीय योगदान पुर्‍याउने व्यक्तित्वलाई सम्मान गरिएको थियो । यसै वर्ष व्यवस्थापन विषयमा विद्यावारिधि हासिल गरेका डा. अधिकारी र भौतिकशास्त्रमा विद्यावारिधि हासिल गरेका डा । पेशल पोखेललाई विशेष सम्मान गरिएको थियो ।

त्यसैगरी महिला उद्यमी धनकुमारी श्रेष्ठ, निवर्तमान अध्यक्ष जितेन्द्र श्रेष्ठ तथा संस्थापक अध्यक्ष डिल्ली भट्टराईलाई पनि सम्मान गरिएको थियो । संस्थाले ७५ वर्षभन्दा माथिका १५ जना ज्येष्ठ नागरिक, एसईई उत्तीर्ण १० जना, कक्षा १२ उत्तीर्ण १५ जना विद्यार्थी तथा उद्यम-व्यवसायमा आबद्ध पाँच जना विद्यार्थीलाई समेत सम्मान तथा प्रोत्साहन गरेको जनाएको छ ।

साधारण सभा तथा अधिवेशनले टोलवासीबीचको आपसी सद्भाव, एकता र सहकार्यलाई थप मजबुत बनाउँदै स्थानीय विकासका गतिविधिलाई प्रभावकारी रूपमा अघि बढाउने प्रतिबद्धता व्यक्त गरेको छ । नयाँ नेतृत्वले पूर्वकार्यसमितिले अघि बढाएका सकारात्मक कामलाई निरन्तरता दिँदै टोलको भौतिक, सामाजिक तथा वातावरणीय विकासमा थप पहल गर्ने जनाएको छ ।

हराउँदैछ परम्परागत पञ्चेबाजा बजाउने चलन

भोजपुर/ आधुनिक बाजाको आगमनसँगै परम्परागत रूपमा बजाइने नेपालको लोकसंस्कार र संस्कृतिको पहिचान बोकेका पञ्चेबाजा बजाउने चलन हराउँदै गएको छ ।

पुस्तान्तरणको अभाव, बजाउने सीप भएकाको कमी र आधुनिक बाजाप्रतिको आकर्षण बढ्दा मौलिक परम्परा संकटमा परेको स्थानीयको बुझाइ छ ।

स्थानीय नीरबहादुर परियारले बजारमा आधुनिक बाजाको सहज पहुँचसँगै विवाह, व्रतबन्ध तथा विभिन्न सांस्कृतिक समारोहमा बजाइने पञ्चेबाजाको प्रयोग घट्दै गएको बताए ।

पञ्चेबाजामा नरसिंहा, दमाहा, सनाई, टेम्पुलो र झ्याम्टा गरी पाँच वाद्ययन्त्रको प्रयोग हुने गर्छ । हाल गाउँघरमा यस्ता वाद्य तथा बजाउने सीप भएका व्यक्तिहरु पाउनै कठिन भएको उनको भनाइ छ ।

परियारले भने, 'पहिले हरेक कार्यक्रममा पञ्चेबाजाको धुन गुन्जिन्थ्यो, तर अचेल आधुनिक डिजे बाजाले ठाउँ ओगटेपछि परम्परागत बाजा बजाउने चलन हराउँदै गएको छ ।'

नेपालकै मौलिकता झल्काउने पञ्चेबाजा सीमित जाति समुदायमा मात्र केन्द्रित हुँदा यसले संरक्षणको जोखिम थपेको स्थानीय बद्रीप्रसाद अधिकारीले बताए । पञ्चेबाजाको संरक्षणका लागि राज्यले प्रभावकारी कार्यक्रम ल्याउनुपर्ने उनको भनाइ छ ।

विगतमा विशेष जातिमा मात्र बाजा बजाउने सीप सीमित गरियो, यो सीपलाई अन्य समुदायमा पनि हस्तान्तरण गर्नसके बाजाको प्रयोग बढ्ने र लोप हुने अवस्था हट्ने थियो । अब यसको संरक्षणमा प्रदेश र स्थानीय सरकार दुवैले ध्यान दिन जरूरी छ ।

सामान्य ज्ञान

१, सबैभन्दा बढी वडासंख्या भएको महानगरपालिकामा कुन हो ?
(क) काठमाडौं महानगरपालिका, (ख) पोखरा महानगरपालिका, (ग) भरतपुर महानगारपालिका, (घ) विराटनगर महानगरपालिका

२, हालै सम्पन्न प्रदेशसभाको वैठकले प्रदेश २ को नाम के राखेको छ ?
(क) जानकी, (ख) मिथिला, (ग) भोजपुरा, (घ) मधेश

३, सर्वप्रथम मानिसमा सुंगुरको मुटु प्रत्यारोपण गर्ने काम कहिले भएको हो ?
(क) जनवरी ७, २०२२, (ख) जनवरी ८, २०२२, (ग) जनवरी ९, २०२२, (घ) जनवरी १०, २०२२

४, नेपाल एकीकरणका बेला त्रिशक्ति भनेर चिनिने राज्य कुनकुन हुन् ?
(क) तनहुँ, लमजुङ् र कास्की, (ख) स्याङ्जा, कास्की र तनहुँ, (ग) पालपा, लमजुङ र तनहुँ, (घ) पालपा, कास्की र स्याङ्जा

५, नेपालको सबैभन्दा ठूलो राष्ट्रिय निकुञ्ज कुन हो ?
(क) शे-फोक्सुन्डो राष्ट्रिय निकुञ्ज, (ख) खप्तड राष्ट्रिय निकुञ्ज, (ग) बर्दिया राष्ट्रिय निकुञ्ज, (घ) चितवन राष्ट्रिय निकुञ्ज

६, नेपालको विद्युत तथा ऊर्जा सङ्ग्रहालय कहाँ रहेको छ ?
(क) त्रिशूली नुवाकोट, (ख) फर्पिङ काठमाडौं, (ग) देवीघाट नुवाकोट, (घ) बेनीघाट धादिङ

७, रातो ग्रह भन्नाले कुन ग्रहलाई बुझाउँछ ?
(क) मङ्गल, (ख) बुध, (ग) बृहस्पति, (शुक्र)

८, सन् २०२१ मा विश्वकप टी-२० प्रतियोगिता कुन देशले जितेको थियो ?
(क) न्यूजिल्याण्ड, (ख) इङ्गल्याण्ड, (ग) भारत, (घ) अष्ट्रेलिया

९, नेपालको सबैभन्दा ठूलो मानपदवी 'नेपालरत्न' मरणोपरान्त कसलाई प्रदान गरिएको छ ?
(क) पूर्वप्रधानमन्त्री मनमोहन अधिकारी, (ख) पूर्वप्रधानमन्त्री गिरिजाप्रसाद कोइराला, (ग) पूर्वप्रधानमन्त्री कृष्णप्रसाद भट्टराई, (घ) पूर्वप्रधानमन्त्री टंकप्रसाद आचार्य

१०, नेपालको सबैभन्दा पुरानो बैंक कुन हो ?
(क) नेपाल बैंक, (ख) वाणिज्य बैंक, (ग) कृषिविकास बैंक, (घ) राष्ट्र बैंक

११, विश्वमा सबैभन्दा बढी दूध उत्पादन गर्ने देश कुन हो ?
(क) चीन, (ख) भारत, (ग) अमेरिका, (घ) क्यानाडा

१२, महाभारतको युद्ध कति दिनसम्म चलेको थियो ?
(क) १६ दिन, (ख) १७ दिन, (ग) १८ दिन, (घ) १९ दिन

१३, भगवान् श्रीकृष्ण पृथिवीमा कति वर्ष बसेका थिए ?
(क) १२५ वर्ष, (ख) १२० वर्ष, (ग) ११० वर्ष, (घ) १०० वर्ष

१४, धर्मको कति पाउ हुन्छ ?
(क) ३ पाउ, (ख) ४ पाउ, (ग) ५ पाउ, (घ) ६ पाउ

उत्तरहरु :- १-(ख), २-(घ), ३-(क), ४-(ग) ५-(क) ६-(ख), ७-(क), ८-(घ), ९-(ग), १०-(क), ११-(ख), १२-(ग), १३-(क) १४-(ख)

पुस्तक-साभार

राष्ट्रवादको आलोकमा
राजा महेन्द्रको डायरी

✍ युवराज गौतम

व्यवधान र बाध्यता

क्रमागत.... २००७ सालदेखि नै भारतको दबाव प्रष्ट देखियो । महेन्द्र नेपाल नेपालीले मात्र चलाउनुपर्छ भन्थे । उनले आजीवन त्यो अडान त्यागेनन् । १०४ वर्षको राणा शासनविरूद्ध जनताले १०४ दिन (कात्तिक अन्तिम हप्तादेखि फागुन पहिलो हप्तासम्म) आन्दोलन गर्दा त्यो गर्ल्यामगुर्लुम ढल्यो । सेना, प्रहरी, निजामती कर्मचारी र राज्यसंयन्त्र नै पराजित भयो । जनता रिसाए भने कुनै राजनीतिक प्रणाली टिक्दैन । युरोप, अमेरिका, एसिया र अफ्रिकाका धेरै देशमा जनविरोधी शासक शेष भएका छन् ।

प्रजातन्त्रका आधारभूत चरित्रविरूद्ध शासन गर्दा विश्वबाटै अलग्गिनु र एक्लिनुपर्छ भन्ने राजा महेन्द्रले बुझेका थिए । २०१७ सालको राजनीतिक कदम 'डेमोक्रेसी' विरूद्ध होइन रहेछ भन्ने स्पष्ट अध्ययन गरेर ब्रिटेनकी महारानी एलिजावेथले नेपाल भ्रमण गरेको ऊबेलाका कूटनीतिज्ञहरूको धारणा पाइन्छ । २००७ साल मंसिर १ गते मातृकाप्रसाद कोइराला प्रधानमन्त्री भए । जंगबहादुरदेखि मोहन शमशेरसम्म चलेको राणा शासन अब साँच्चै किनारा लाग्यो । २०३८ सालमा लेखकसँग कुरा गर्दै कोइरालाले उनकै निवास वानेश्वरमा भनेका थिए- 'हामी क्रान्तिबाट स्थापित भए पनि शासनको अनुभव थिएन । दिल्लीमा भारतको डिजाइनमा बनेको राणा-काँग्रेस संयुक्त सरकारको अस्तित्व समाप्त हुनु नै ठूलो उपलब्धि थियो ।

२००८ सालदेखि २०१७ मंसिरसम्म दलहरूबीचको घात, प्रतिघात, अविश्वास र गुटबन्दीका कारण राजनीतिक अस्थिरता झन् बढ्दै गयो । राष्ट्रको प्रगति अवरूद्ध भयो । आर्थिक विकास सुस्त भयो । भारतकै हस्तक्षेप निरन्तर चलिरहँदा राष्ट्रियता कमजोर भयो । ती सबै कारणले राजा महेन्द्रले दलहरूलाई प्रतिबन्ध लगाएको ऋषिकेश शाहको तर्क छ ।

राजा त्रिभुवनको स्वभाव उनका जेठा छोरा महेन्द्रको भन्दा फरक थियो । भारतको चर्को दबाव थेग्न नसकेर त्रिभुवन र प्रधानमन्त्री मातृकाप्रसाद कोइरालाले नेपालमा भारतीय सेना, निजामती कर्मचारी र 'राजाका सल्लाहकार' भन्दै राजदरवारका प्रमुख सचिव भित्र्याउने भूल गरे । केआई (कुँवर इन्द्रजीत) सिंह र भीमदत्त पन्त जस्ता युवकले नेपाली राष्ट्रियतामाथि हमला भएको भन्दै विरोध गरे । राजा महेन्द्रका लागि यस्ता घटना खुला किताब जस्तै थिए ।

२०१७ सालको घटना बाध्यता थियो भन्थे महेन्द्र । पुराना राजनीतिज्ञ नवराज सुवेदीको आत्मकथा 'इतिहासको एक कालखण्ड' मा भनिए अनुसार राजा महेन्द्र शीघ्र नै दलहरूमाथिको प्रतिबन्ध फुकुवा गर्न चाहन्थे । यसबारे अध्ययन गरेर प्रतिवेदन तयार गर्न पूर्णप्रसाद ब्राह्मण, सुन्दरप्रसाद शाह र नवराज सुवेदीलाई जिम्मेवारी दिइएको थियो । यस्तै २०२७/२८ सालतिर शम्भुप्रसाद ज्ञवालीलाई संसदीय प्रणालीमा आधारित संविधान 'ड्राफ्ट' गर्न लगाइएको थियो ।

२०२८ साल माघ १७ गते महेन्द्र सहित मन्त्रीहरूको वैठकले सो संविधानलाई राष्ट्रिय पञ्चायत (संसद्) बाट अनुमोदन गर्ने अन्तिम निर्णयमा पुगेका थिए राजा महेन्द्र । २०२८ माघ १७ गते बिहान ३:४५ मा महेन्द्रको देहान्त भयो । शम्भुप्रसाद ज्ञवालीको घरमा पुगेर सहायकरथी केन्द्र शमशेरले संविधानको सो मस्यौदा फिर्ता लगे । कसको आदेशमा केन्द्र शमशेरले सो प्रस्तावित संविधान लगेर कहाँ, कसलाई बुझाए, त्यो रहस्यकै विषय छ । ज्ञवालीका छोरा दीपक ज्ञवालीले त्यो संविधानबारे सुनेको तर आफूले नदेखेको बताए ।

राजा महेन्द्रका प्रियपात्र, सहयोगी र सल्लाहकारमध्ये धेरैजना सुयोग्य थिए । महेन्द्रको सफलता, सपना र प्रसिद्धिमा उनीहरूको नाम जोडिन्छ । रामप्रसाद मानन्धर, यदुनाथ खनाल, पदमबहादुर खत्री, शोभागजंग थापा, झरेन्द्रनारायण सिंह, केशरबहादुर केसी, नरेन्द्रमणि आचार्य दीक्षित, नरप्रतापशमशेर थापा, कुलशेखर शर्मा, कृष्णबम मल्ल, तेजबहादुर प्रसाई, विष्णुमणि आचार्य, यादवप्रसाद पन्त, योगविक्रम राणा, वेदानन्द झा, चतुर्भुजप्रसाद सिंह, रूद्रप्रसाद गिरी, नरसिंहबहादुर श्रेष्ठ, नरसिंहभक्त तुलाचन, हरिश्चन्द्र महत, भोजराज घिमिरे, शमशेरबहादुर तुम्बाहाम्फे, नरेन्द्रनाथ बाँस्तोला, खड्गबहादुर सिंह, धर्मबहादुर पहाडी, ज्ञानेन्द्रबहादुर कार्की, दयारामभक्त माथेमा, विष्णुप्रसाद लोहनी, पुरेन्द्रविक्रम शाह, भूपालमानसिंह कार्की, रत्नबहादुर विष्ट, नरशमशेर, ईश्वरीराज मिश्र, जनकमान श्रेष्ठ, नरेशमान सिंह, रूद्रराज पाण्डे, रणधीर सुब्बा, उध्दवदेव भट्ट, नरेन्द्रविक्रम शाह, देवेन्द्रराज उपाध्याय लगायतका विश्वासपात्रका कारण महेन्द्रलाई मद्दत पुगेको थियो । क्रमश: ....

खानपिन जीवनशैली

सुत्नुभन्दा तीन घण्टा अगाडि खाना खानु लाभदायक

दमक/ राति ढिलो खाना खानुभन्दा सुत्नुभन्दा कम्तीमा तीन घण्टा अगाडि हल्का खाना खानु स्वास्थ्यका लागि बढी लाभदायक हुने विभिन्न अध्ययनले देखाएका छन् ।

'क्रोनोन्युट्रिसन' सम्बन्धी अनुसन्धानका अनुसार खाना के खाने भन्ने मात्र होइन, कहिले खाने भन्ने कुरा पनि शरीरको चयापचय प्रक्रिया, रगतमा चिनीको मात्रा, तौल नियन्त्रण र मुटुको स्वास्थ्यसँग प्रत्यक्ष रूपमा सम्बन्धित हुन्छ ।

अनुसन्धानकर्ताहरूका अनुसार बिहान र दिउँसो शरीरले कार्बोहाइड्रेट तथा अन्य पोषक तत्वलाई बढी प्रभावकारी रूपमा प्रशोधन गर्छ । त्यसैले दिनको मुख्य खाना बिहान वा दिउँसोतिर खानु र साँझको खाना हल्का राख्नु उपयुक्त मानिन्छ ।

सुत्नुअघि धेरै नजिकको समयमा खाना खाँदा रगतमा चिनीको मात्रा बढ्ने, इन्सुलिनको प्रभाव घट्ने, भोक नियन्त्रण गर्ने हर्मोनमा असर पर्ने तथा बोसो सञ्चित हुने सम्भावना बढ्ने अध्ययनहरूले देखाएका छन् । स्वास्थ्य विज्ञहरूले नियमित समयमा खाना खाने, साँझको खाना प्रोटिनयुक्त र हल्का बनाउने तथा सम्भव भएसम्म रातिको खाना सुत्नुभन्दा कम्तीमा तीन घण्टा अगाडि खाने बानी बसाल्न सुझाव दिएका छन् ।

प्रेरक भनाई

- ☐ सफलताको कुनै सूत्र हुँदैन । यो त केवल श्रम, मेहनत र निरन्तरतामा निर्भर हुन्छ ।
- ☐ अरूको आलोचनाबाट बच्ने उपाय हो,केही नगर्नु, केही नभन्नु र केही नबन्नु ।
- ☐ कुनैपनि व्यक्ति आफुले चाहेजस्तै बन्न सक्छ, यदि दृढता, लगाव र सार्थक प्रयास छाडेन भने ।
- ☐ आफ्नो गल्ती स्विकार्नु एउटा गजब कला हो ।
- ☐ मान्छे प्रकृतिको सबैभन्दा विशेष कृति हो । उसले आˆनो कल्पनालाई आˆनो शक्तिभन्दा अगाडिसम्म लान सक्छ ।
- ☐ त्यस कुरामा कहिल्यै चिन्ता नगर, जुन तिम्रो अधिनमा छैन ।
- ☐ जीवन साह्रो दुखद हुनेछ, यदि हामीले हाँसो,ठट्टा गरेनौं भने । स्टिफन हकिङ्ग
- ☐ फलाम तातो हुने प्रतिक्षा नगर, बरू आफ्नो तापक्रमद्वारा त्यसलाई तातो बनाउ अर्थात समयको प्रतिक्षा नगर बरू समयलाई आफ्नो अनकुल बनाउने प्रयास गर ।
विलियम बी स्प्रेग

स्वास्थ्य

च्याउ जति स्वादिलो हुन्छ, स्वास्थ्यका लागि उत्तिकै लाभ

याउ जति स्वादिलो हुन्छ, यो स्वास्थ्यका लागि पनि उत्तिकै फाइदाजनक हुन्छ । च्याउको सेवनले शरीरमा कोलेस्ट्रोलको मात्रा सन्तुलित बनाउनेदेखि लिएर स्तन क्यान्सर तथा प्रोस्टेट क्यान्सरको जोखिम कम गर्ने र मधुमेहको खतरालाई घटाउने विभिन्न अध्ययनहरूले देखाएका छन् ।

मोटोपन घटाउनदेखि लिएर शरीरको रोग प्रतिरोधी क्षमता बढाउनमा पनि च्याउ सहयोगी हुने पोषणविद् केपी लम्साल बताउँछन् ।

उनका अनुसार च्याउ स्वास्थ्यका लागि अत्यन्तै लाभदायक र पोषक तत्त्वले भरिपूर्ण खानेकुरा हो । यसमा पर्याप्त मात्रामा भिटामिन 'बी', फाइबर, पोटासियम र एन्टिअक्सिडेन्टहरु पाइन्छन्, जसले शरीरलाई विभिन्न रोगहरूबाट जोगाउन मद्दत गर्छन् ।

स्वास्थ्यका लागि च्याउका मुख्य फाइदाहरु:

रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता बढाउने: च्याउमा एर्गोथियोनाइन जस्ता शक्तिशाली एन्टिअक्सिडेन्ट र प्राकृतिक एन्टिबायोटिक गुण हुन्छन्, जसले शरीरको प्रतिरोधी क्षमता (इम्युनिटी) बढाउन मद्दत गर्छन् ।

रक्तचाप नियन्त्रण गर्ने: यसमा पोटासियम बढी र सोडियम कम हुने भएकाले यसले रक्तचाप नियन्त्रण गर्न र मुटुलाई स्वस्थ राख्न सहयोग पुर्‍याउँछ ।

तौल घटाउन सहयोगी: च्याउमा उच्च प्रोटिन, प्रशस्त फाइबर र कम क्यालोरी/कोलेस्ट्रोल हुन्छ । यसले धेरै समयसम्म पेट भरिएको महसुस गराई मोटोपन नियन्त्रण गर्न मद्दत गर्छ ।

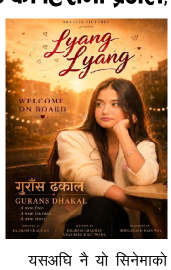
रक्तअल्पताबाट बचाउने: च्याउमा पाइने आइरन र कपरले शरीरमा रगतको कमी हुन दिँदैन । तसर्थ, रक्तअल्पता (एनिमिया) का बिरामीका लागि यो निकै उपयोगी छ ।

क्यान्सरको जोखिम कम गर्ने: विभिन्न अनुसन्धानका अनुसार च्याउको नियमित सेवनले क्यान्सर जस्ता प्राणघातक रोगको जोखिमलाई न्यूनीकरण गर्न सघाउँछ ।

ऊर्जा र मानसिक स्वास्थ्य: यसमा पाइने भिटामिन 'बी' ले खानालाई ऊर्जामा बदल्न र स्नायु प्रणालीलाई स्वस्थ राख्न महत्वपूर्ण भूमिका खेल्छ । ०

मनोरञ्जन

फिल्म 'ल्याङ ल्याङ'को हिरोमा प्रजल, अभिनेत्रीमा गुराँस



दमक/ बलिराम चौहानको निर्देशनमा बन्ने फिल्म 'ल्याङ ल्याङ'को शीर्ष नायकमा प्रजल दुलाल अनुबन्ध भएका छन् ।

सहायक भूमिकामा संघर्षरत प्रजलले पहिलो पटक शीर्ष नायक बन्न लागेका हुन् । उनले फिल्महरु 'बलिदान', 'विमान', र 'अक्षरा'मा अभिनय गरेका छन् । हाल उनी 'तीन तीघ्रे क्या बिग्रे'को छायांकनमा छन् । उनी थिएटर पृष्ठभूमि भएका कलाकार हुन् ।

यसअघि नै यो सिनेमाको मुख्य भूमिकामा रिहान गिरी, सन्तोष बानियाँ र जीवनजंग बस्न्यात अनुबन्धित भैसकेका छन् । मुख्य अभिनेत्रीमा गुराँस ढकाल आबद्ध भएकी छन् ।

स्काइफल पिक्चर्सको ब्यानरमा निर्माण हुने यस फिल्मले जेनजी पुस्ताको प्रेम, संघर्ष र स्वतन्त्रताको कथा भन्ने बताइएको छ ।

फिल्मको कथा निर्देशक चौहान र उपाश्री खतिवडाले लेखेका हुन् । भोलानाथ कटुवाल निर्माता हुन् ।

आज मिति
२०८३ साल
भदौ ०८ गते
सोमबार
24 Aug. 2026
तिथि: द्वादशी

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

राशि	अक्षर	फल
मेष	चु चे लो ला लि लँ ले लो अ	कामामा सफलता मिल्नेछ । आर्थिक लाभ हुनेछ ।
वृष	इ उ ए ओ वा वि वु वे वो	पारिवारिक सहयोग मिल्नेछ । नयाँ अवसर भेटिनेछ ।
मिथुन	का कि कु घ ङ छ के को हा	यात्रामा लाभ हुनेछ । काममा उत्साह बढ्नेछ ।
कर्कट	हि हु हे हो डा डि डु डे डो	स्वास्थ्यमा सुधार आउनेछ । मन प्रसन्न रहनेछ ।
सिंह	मा मि मु मे मो टा टि टु टे	आम्दानी बढ्ने संकेत । व्यवसायमा सफलता मिल्नेछ ।
कन्या	टो प पी पँ ष ण ठ पे पो	मेहनतको फल पाइनेछ । निर्णय सही हुनेछ ।
तुला		नयाँ सम्बन्ध बन्नेछ । आर्थिक पक्ष बलियो हुनेछ ।
वृश्चिक	तो ना नि नँ ने नो या यि यु	शुभ समाचार प्राप्त हुनेछ । यात्रा फलदायी बन्नेछ ।
धनु	य यो भा भी भ धा फा ढ भे	यात्राको अवसर मिल्न सक्छ । मन प्रसन्न रहनेछ ।
मकर		आर्थिक स्थिति सुध्रिनेछ । सहयोगी भेटिनेछन् ।
कुम्भ	गॅ गे गो सा सी सँ से सो द	नयाँ योजना सफल हुनेछ । प्रतिष्ठा बढ्नेछ ।
मीन	दि दु थ झ ञ दे दो चा ची	प्रेम सम्बन्ध सुमधुर हुनेछ । मनोकामना पूरा हुनेछ ।

विष्णु निष्ठुरीसहित चार जना सञ्चारकर्मी सम्मानित

दमक/पत्रकारिता पेसाको माध्यमबाट योगदान पु-याएकोमा चार जना सञ्चारकर्मीलाई सम्मान गरिएको छ । नेपाल प्रेस युनियन सुनसरीको १० औं अधिवेशनमा इटहरीमा शनिबार गोरखापत्र दैनिक उपसम्पादक राधा चालिसेलाई गोविन्द ख्यामकुमारी स्मृति राष्ट्रिय पत्रकारिता पुरस्कारबाट सम्मान गरिएको हो । उक्त पुरस्कारको राशि ७५ हजार १०१ रुपियाँ रहेको छ । नेपाल पत्रकार महासंघका पूर्वकेन्द्रीय अध्यक्ष विष्णु निष्ठुरीलाई पनि गोविन्द ख्यामकुमारी स्मृति राष्ट्रिय पत्रकारिता पुरस्कारबाट सम्मान गरिएको छ । उक्त पुरस्कारको राशि पनि ७५ हजार १०१ रुपियाँ राशि रहेको छ ।

इटहरीका समाजसेवी राजेन्द्र पोखरेल र नारायण पोखरेलले स्थापना गर्नुभएको पण्डित छविलाल बलमाया पोखरेल स्मृति पत्रकारिता पुरस्कारबाट गोरखापत्रका कोशी प्रदेश संयोजक सचिन पोखेललाई सम्मान गरिएको छ । स्वर्गीय पत्रकार याम प्रधानको स्मृतिमा स्थापना गरिएको याम प्रधान स्मृति पत्रकारिता पुरस्कारबाट गोरखापत्रका धरान समाचारदाता निशा राई पुरस्कृत भएकी हुन् ।

नेपाल प्रेस युनियन सुनसरी शाखाले स्थापना गरेको सिर्जनशील युवा पत्रकारिता पुरस्कार गोरखापत्रका रानी समाचारदाता खेमराज सापकोटालाई प्रदान गरिएको छ ।

कार्यक्रममा नेपाली कांग्रेस संसदीय दलका नेता भीष्मराज आङ्देम्बेले उपसम्पादक चालिसेलगायत सबैलाई दोसल्ला ओढाएर नगदसहित सम्मानपत्र प्रदान गरेका थिए ।

यसैगरी पत्रकार चेतन धमला र अजित झालाई पण्डित छविलाल बलमाया पोखरेल स्मृति पत्रकारिता पुरस्कार प्रदान गरिएको छ । नेपाल प्रेस युनियनका संस्थापक स्वर्गीय पदमकेशर कार्कीको स्मृतिमा स्थापना गरिएको पदमकेशर कार्की स्मृति पत्रकारिता पुरस्कार पत्रकार सन्तोष गुप्ता हलुवाईलाई प्रदान गरिएको छ । सुनसरीका नेपाल प्रेस युनियनका संस्थापक गिरिराज आचार्यले स्थापना गरेको १० हजार रुपियाँ राशिको गिरिराज आचार्य सिर्जनशील पत्रकारिता पुरस्कार पत्रकार मनोज भुजेललाई प्रदान गरिएको जनाइएको छ ।

अमेरिकी 'आर्थिक दबाब अभियान'मा सहभागी नहुन चेतावनी

एजेन्सी/ इरानका एक वरिष्ठ सुरक्षा अधिकारीले छिमेकी तथा अन्य मुलुकहरूलाई इरानविरुद्धको अमेरिकी 'आर्थिक दबाब अभियान'मा सहभागी नहुन चेतावनी दिएका छन् । उनले अमेरिकी अभियानमा साथ दिने मुलुकलाई तेहरानले 'शत्रु'का रूपमा व्यवहार गर्ने बताएका छन् ।

इरानको सर्वोच्च राष्ट्रिय सुरक्षा परिषद्का सचिव मोहसेन रेजाईले सरकारी प्रसारक आईआरआईबी टिभीसँगको अन्तर्वार्तामा इरानले सुरुमा सम्बन्धित मुलुकसँग वार्ता गरी अमेरिकाले सञ्चालन गरेको भनिएको 'आर्थिक युद्ध'मा सहभागी नहुन आग्रह गर्ने बताए । ती मुलुकले अमेरिकी अभियानलाई समर्थन गरिरहेमा इरानले उनीहरूको हितविरुद्ध कारबाही गर्ने उनले चेतावनी दिए ।

क्षेत्रीय मुलुकले अमेरिकी दबाब अभियानलाई समर्थन गरेमा होर्मुज जलसन्धि र फारसी खाडी हुँदै हुने तेल निर्यात रोक्ने उनले बताए । रेजाईले जुनमा तेहरान र वासिङ्टनबीच भएको समझदारीपत्र (एमओयू) अन्तर्गत अमेरिकाले आˆ ना प्रतिबद्धता पूरा नगरेसम्म होर्मुज जलसन्धि बन्द रहने दाबीसमेत गरे ।

उनको भनाइ अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्पले बुधबार इरानलाई सहयोग गर्ने कुनै पनि मुलुकविरुद्ध 'हालसम्मकै कठोर आर्थिक कारबाही' गर्ने घोषणा गरेपछि आएको हो । ट्रम्पले सामाजिक सञ्जाल 'ट्रुथ सोसल'मा यस्तो कारबाही 'अभूतपूर्व स्तरको आर्थिक युद्ध र एक्ल्याउने प्रयास' हुने बताएका थिए ।

धनकुटाको टुँडिखेल भासिँदै र भत्किँदै

धनकुटा / धनकुटा सदरमुकाममा रहेको जिल्लाकै मुख्य खेलमैदान तल्लो टुँडिखेल भासिने, दबिने तथा भवन, प्यारापिट र पर्खाललगायतका संरचना भत्किने समस्या बढ्दै गएको छ । समस्या पटक-पटक दोहोरिएपछि धनकुटा नगरपालिका र राष्ट्रिय विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन प्राधिकरणले टुँडिखेलको भौगर्भिक अध्ययन गरेका हुन् ।

प्राधिकरणको प्रारम्भिक अध्ययनले खेलमैदानको सतह, प्यारापिट र पर्खालसँगै टुँडिखेलभन्दा माथिल्लो भागमा रहेका घर तथा अन्य संरचनासमेत जोखिममा रहेको देखाएको छ । मैदानभन्दा माथिल्लो भागमा रहेका करिब १० देखि १२ वटा घर तथा अन्य संरचना जोखिममा देखिएको धनकुटा नगरपालिकाका सूचना अधिकारी विकास अधिकारीले जानकारी दिए । प्राधिकरणले टुँडिखेलको तत्काल विस्तृत भौगर्भिक अध्ययन गरी समस्याको दीर्घकालीन समाधानका लागि प्रभावकारी उपाय अवलम्बन गर्न सुझाव दिएको अधिकारीको भनाइ छ ।

करिब १५ रोपनी क्षेत्रफलमा फैलिएको टुँडिखेलको उत्तरपट्टिको प्यारापिट र पूर्वतर्फ रहेको जिल्ला खेलकुद विकास समितिको भवनमा बर्सेनिजसो क्षति पुग्ने गरेको छ । मैदानको सतह दबिने र भासिने क्रम नरोकिए प्यारापिट, पर्खाल तथा अन्य संरचनामा थप क्षति पुग्न सक्ने प्राधिकरणले जनाएको छ । नगरपालिकाले विस्तृत भौगर्भिक अध्ययनको सुझावका आधारमा जोखिम न्यूनीकरणका लागि आवश्यक संरचना, अपनाउनुपर्ने उपाय र काम गर्नुपर्ने क्षेत्र निर्धारण गर्ने जनाएको छ । प्राधिकरणको सुझावअनुसार आवश्यक संरचना निर्माण तथा अन्य काम अघि बढाइने नगरपालिकाको भनाइ छ ।

धनकुटा सदरमुकामको मुख्य भागमा रहेको टुँडिखेल जिल्लाका विभिन्न खेलकुद गतिविधि सञ्चालन हुने प्रमुख केन्द्र हो । तर, मैदानको सतह भासिने तथा दबिने र प्यारापिट र पर्खालका संरचना बिग्रिने समस्या दोहोरिँदै आएकाले यसको दीर्घकालीन समाधानका लागि विस्तृत अध्ययन र वैज्ञानिक व्यवस्थापन आवश्यक रहेको खेल सम्बद्ध संघसंस्था र खेलाडीहरूको भनाइ छ ।

मुक्कुमलुङ साहित्यिक प्रतिष्ठानको अध्यक्षमा हेल्लोक

फुङलिङ / मुक्कुमलुङ साहित्यिक प्रतिष्ठानको अध्यक्षमा मनिष हेल्लोक चयन भएका छन् । शनिबार सम्पन्न प्रतिष्ठानको प्रथम साधारणसभा तथा अधिवेशनले हेल्लोकको अध्यक्षतामा १५ सदस्यीय कार्यसमिति सर्वसम्मत चयन गरेको हो ।

नवनिर्वाचित कार्यसमितिको तीन उपाध्यक्षमा सीता पिरती, मणि सेम्बु ,देवानसिंह मादेन , महासचिवमा उदय भट्टराई, सचिवमा नवराज आचार्य, कोषाध्यक्षमा लीला आँसु, सहसचिवमा लक्ष्मी चुडाल र सहकोषाध्यक्षमा केवी किराँती चयन भएको निर्वाचन समितिका संयोजक युवराज गिरीले जानकारी दिए ।

साधारणसभाले साहित्यकार चन्द्र मादेन (आन्छन) को संयोजकत्वमा नौ सदस्यीय सल्लाहकार समिति समेत गठन गरेको छ । समितिको सदस्यमा भरतकुमार गुरुङ, डिल्लीरमण बराल, लेकाली कान्छा, काजीमान गुरुङलगायत रहेका छन् ।

करिब एक वर्षअघि स्थापना भएको प्रतिष्ठानको पहिलोपटक साधारणसभा तथा अधिवेशन सम्पन्न गरिएको अध्यक्ष हेल्लोकले बताए । साधारणसभाको अवसरमा प्रतिष्ठानले अग्रज साहित्यकार चन्द्र मादेन (आन्छन) र समाजसेवी तथा सङ्गीतकार काजी गुरुङलाई सम्मानसमेत गरिएको छ ।

ब्रह्मकुमारीको रक्तदान, ५५ पिन्ट रगत संकलन

मधुमल्ला/ मोरङको मिक्लाजुङ गाउँपालिका वडा न.९ मधुमल्लामा हालै आयोजित रक्तदानमा ५५ पिन्ट रगत संकलन भएको छ । विश्व बन्धुत्वको भावना प्रवर्द्धन गर्ने उद्देश्यका साथ दादी प्रकाश मनिको १९ औं पुन्य तिथिको अवसर पारेर गत भाद्र ४ गते मधुमल्ला बजारमा आयोजना गरिएको रक्तदानमा महिला १८ सहित ५५ जनाले रगतदान गरेका थिए ।

रक्तदान ब्रह्मकुमारी राजयोग उपसेवा केन्द्र (ॐ शान्ति) को मधुमल्ला बजारस्थित आफ्नै भवनमा भएको थियो ।

रक्तदान नेपाल रेडक्रस सोसाईटी दमक पालिका शाखा रक्तसञ्चार सेवा केन्द्रको प्राविधिक सहयोगमा भएको ॐ शान्तिका अभियानकर्मी समेत रहेका जेष्ठ नागरिक रमेशप्रसाद दाहालले जानकारी दिए ।

धनकुटा उवासंघको अध्यक्षमा राय

धनकुटा । धनकुटा उद्योग वाणिज्य संघको अध्यक्षमा रामबहादुर राय निर्वाचित भएका छन् । शनिबार सम्पन्न निर्वाचनमा प्रतिस्पर्धी कृष्णराज श्रेष्ठलाई ४३ मतान्तरले पराजित गर्दै राय अध्यक्षमा निर्वाचित भए ।

शनिबार राति अबेर सम्पन्न मतगणनापछि रायलाई अध्यक्षमा विजयी घोषणा गरिएको थियो। रायले २०९ मत प्राप्त गर्दा श्रेष्ठले १६६ मत प्राप्त गरे । त्यसैगरी, वरिष्ठ उपाध्यक्षमा विक्रम प्रधान २०२ मतसहित निर्वाचित हुँदाँ उनका प्रतिस्पर्धी अम्बिकादेवी धमलाले १७१ मत प्राप्त गरिन् ।

उपाध्यक्षमा रिदम श्रेष्ठ २५६ मतसहित निर्वाचित भए भने उनका प्रतिस्पर्धी नगेन्द्र प्रसाद काˆलेले १३१ मत प्राप्त गरे ।

अर्का उपाध्यक्षमा सरस्वती मगर २६९ मत प्राप्त गरी निर्वाचित भइन् । उनका प्रतिस्पर्धी सुनिता पौडेलले ४९ मत प्राप्त गरिन् । त्यसैगरि, महिला उपाध्यक्षमा रेजिना पालिखे २३१ मतसहित विजयी भइन् भने उनकी प्रतिस्पर्धी निर्मला राई श्रेष्ठले १३३ मत प्राप्त गरेकी थिइन् ।

सचिव पदमा २७१ मत प्राप्त गरी उर्गेन शाक्य निर्वाचित हुदाँ उनका प्रतिस्पर्धी महेन्द्र थापाले ९२ मत प्राप्त गरे । कोषाध्यक्षमा रुपेश श्रेष्ठ २४४ मतसहित विजयी भए भने उनका प्रतिस्पर्धी गोविन्द दाहालले ११३ मत प्राप्त गरेका थिए ।

यसअघि महासचिवमा उज्ज्वल कर्माचार्यसहित सात जना सदस्य निर्विरोध निर्वाचित भइसकेका थिए । यसरी निर्विरोध निर्वाचित हुने सदस्यहरूमा निरोज श्रेष्ठ, देवेन्द्र प्रधान, मुनादेवी पोखरेल, शिशिर श्रेष्ठ र शिवपूजन शाह रहेका छन् ।

धनकुटा उद्योग वाणिज्य संघको १९ सदस्यीय कार्यसमिति चयनका लागि ४३२ जना प्रतिनिधि रहेका थिए ।

कोदो.....पूर्ण रूपमा छाड्न सकेका छैनन् । कोदोको स्थानमा बढी आम्दानी हुने अकबरे खुर्सानी, अदुवा र टमाटर खेती विस्तार हुँदै गएपछि किसानले कोदो खेती लगाउन छाडेका छन् । पर्याप्त जमिन हुँदाहुँदै पनि कोदो खेतीबाट लाभ नहुने भएकाले आफूले ३० वर्षअघि नै कोदो खेती छाडेको एक किसानले बताए ।

कृषि ज्ञान केन्द्र पाँचथरका सूचना अधिकारी केसरबहादुर मग्राँतीका अनुसार हाल कोदो खेती प्रवर्द्धनका लागि कुनै सरकारी कार्यक्रम सञ्चालनमा छैन । ग्रामीण क्षेत्रमा संस्कृतिप्रति प्रतिबद्ध लिम्बू किसानले अझै पनि परम्परा जोगाउन कोदो रोप्ने गरेका छन् । तर सहरकेन्द्रित केही लिम्बू समुदायमा भने आफ्नो संस्कृति बिर्सँदै जाने क्रम बढ्दो छ ।

किन....... दलहरूबाट नागरिकको जीवनरक्षाभन्दा पनि सस्तो लोकप्रियता र प्रचारमुखी काम मात्रै भइरहेको गुनासो चौतर्फी रूपमा उठिरहेको छ । यस्ता अमानवीय घटनाहरु दिनप्रतिदिन बढ्नुका पछाडि बहुआयामिक सामाजिक र संरचनागत कारणहरु जिम्मेवार देखिन्छन् । अपराध गरेर पनि सजिलै उम्कन सकिन्छ भन्ने मानसिकताले अपराधीहरूमा कानूनको डर समाप्त हुँदै गएको छ । सामाजिक सञ्जालको अवाञ्छित प्रयोग र लागूपदार्थको दुर्व्यसनले युवा पुस्ताको मानसिक सन्तुलन बिगारिरहेको छ । अझै पनि पितृसत्तात्मक सोच र शक्ति असन्तुलनका कारण कमजोर वर्ग र बालबालिकामाथि अधिकारको दुरुपयोग गर्ने प्रवृत्ति कायमै छ । साथै, अनुसन्धानमा ढिलासुस्ती र जटिल कागजी प्रक्रियाले पीडितलाई न्याय दिन अनावश्यक ढिलाइ गर्ने संवेदनहीन न्याय प्रणालीले अपराधीहरूलाई थप मलजल पुऱ्याइरहेको छ ।

अब केवल कागजी सहमति र शालिक निर्माणले मात्र यस्ता जघन्य अपराधहरु न्यूनीकरण हुन सक्दैनन् । यसका लागि राज्यले कठोर कदम चाल्नुपर्ने देखिन्छ । बाल बलात्कार र जघन्य हत्याका मुद्दाहरूको सुनुवाइ गर्न विशेष फास्ट ट्र्याक अदालत गठन गरी महिना दिनभित्र अन्तिम फैसला आउने कानूनी व्यवस्था गरिनुपर्छ । यस्ता अमानवीय अपराधमा कुनै पनि किसिमको उन्मुक्ति वा सजाय छुट नहुने गरी जन्मकैद वा आजीवन कारावासको कडा कानूनी प्रावधान हुनुपर्छ । स्थानीय तहसम्मै विशेष बाल सुरक्षा र मनोसामाजिक परामर्शसहितको सशक्त संयन्त्र निर्माण गर्नुका साथै विद्यालय तहदेखि नै बाल अधिकार र नैतिक शिक्षा अनिवार्य गरिनुपर्छ ।

गरिमा प्रकरणले राज्यको सुरक्षा व्यवस्था र न्याय प्रणालीलाई फेरि एकपटक कडा ऐना देखाएको छ । यदि समयमै गम्भीर समीक्षा गरी राज्यले कठोर दण्डात्मक कदम चालेन भने, यस्ता आपराधिक घटनाहरु रोकिने छैनन् र अबोध बालबालिकाहरूको भविष्य सधैँ जोखिममा रहिरहनेछ । समयमा नै खबरदारी गरौं । सचेतना अपनाऔं र दोषीलाई कडा कारवाहीको दायरामा ल्याउन सरकारले आवश्यक परे कानुनी व्यवधान सच्याउन पनि पछि हट्नु हुँदैन ।

दमकका....

वढीदेखि निर्माण व्यवसायको क्षेत्रमा काम गरिआएका वस्नेत नेपाल निर्माण व्यवसायी महासंघ झापाका पूर्व जिल्ला अध्यक्ष तथा प्रदेश समितिका सल्लाहकार हुन् ।

महासंघले केन्द्रीय सदस्यको जिम्मेवारी दिएसँगै उनले निर्माण व्यवसायीको पेशागत हकहितका निम्ति आफूले दत्तचित्त भई काम गर्ने प्रतिवद्धता जनाएका छन् ।

यसैबीच, महासंघको चितवनमा आगामी भदौ १४ गते केन्द्रीय समितिको बैठक तथा १५ गते राष्ट्रिय भेलाको आयोजना गरेको छ । उनका अनुसार उक्त भेलामा देशभरिका ३ सय ५० बढी व्यवसायीहरूको सहभागिता रहने छ । महासंघको भेलाले निर्माण व्यवसायीको साझा मुद्दाका विविध विषयमा व्यापक छलफल गरिनुका साथै पेशागत सवालमा अन्तरक्रिया समेत गरिने उल्लेख छ ।

२४ अर्बको...... तथा अष्ट्रेलियाबाट रु १० करोड ८८ लाख ५४ हजार बराबरको ७९६ मेट्रिकटन मासको दाल भित्रिएको कार्यालयको तथ्यांकमा उल्लेख छ ।

ताजा तरकारीतर्फ भारतबाट गोलभेडा, काँक्रा, भेडे खुर्सानी र फर्सी उल्लेख्य मात्रामा आयात भएको छ । एक वर्षमा रु १४ करोड ३९ लाख ६६ हजारको गोलभेडा, रु सात करोड ९० लाख ६४ हजारको काँक्रा र रु तीन करोड २४ लाख ३५ हजारको खुर्सानी आयात भएको छ ।

फलफूलतर्फ भारत र चीनबाट स्याउ, भुईंकटर, तरबुजा र नासपाती मुख्य रूपमा भित्रिएका छन् । भारत र चीनबाट रु २९ करोड ५९ लाख ७२ हजारको स्याउ तथा भारतबाट रु १४ करोड २४ लाख ८१ हजारको तरबुजा आयात भएको प्लान्ट क्वारेन्टाइन कार्यालयले जनाएको छ ।

लागुऔषधसहित.....

निजहरूको साथबाट प्लास्टिक सहित एक ग्राम ७५ मिलीग्राम ब्राउनसुगर बरामद भएको प्रहरीले जनाएको छ । पक्राउ परेका तीनै जनामाथि थप अनुसन्धान भइरहेको प्रहरीले जनाएको छ ।

प्रेस....कोइराला, निशा राई, स्मारिका राई, सुविक्षा राई, सञ्जीव तिम्सिना, सरोज श्रेष्ठ, भीम चौधरी रहेका छन् । केन्द्रीय महाधिवेशन प्रतिनिधिहरूमा ध्रुव ढकाल, पवन अधिकारी, हर्ष सुब्बा, अमर खड्का, सचिन पोखरेल, अजित झा, चेतन धमला, हेमराज दाहाल, चन्दा खड्का, मेनुका पाण्डे, उषा किरण घिमिरे, गोविन्द घिमिरे, किरण पोखरेल निर्विरोध निर्वाचित भएका छन् ।

उपभोक्ता जागरण अभियानमा नयाँ समिति

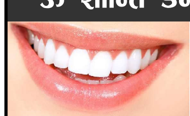
भद्रपुर / उपभोक्ता जागरण अभियान झापाको चन्द्रगढीमा सम्पन्न जिल्ला अधिवेशनले पुनः शालिकराम भट्टराईको अध्यक्षतामा ११ सदस्यीय नयाँ कार्य समिति चयन गरेको छ ।

आइतवार सम्पन्न अधिवेशनले उपाध्यक्षमा इन्द्रप्रसाद ओली, सचिवमा देवीभक्त आचार्य, सह सचिवमा कल्पना भट्टराई र कोषाध्यक्षमा शेखरनाथ अधिकारीलाई सर्वसम्मत चयन गरेको हो । आगामी ३ वर्षे कार्यकालको लागि गठित समिति सदस्यहरुमा क्रमशः अर्जुन कार्की, कमला शिवाकोटी, धर्मेन्द्र गुप्ता , राजन पौडेल, थिरप्रसाद खतिवडा र विदुर तिवारीलाई चयन गरेको हो ।

यसैगरी कुलप्रसाद ओडारीको संयोजकत्वमा ४ सदस्यीय सल्लाहकार समिति समेत गठन गरिएको अध्यक्ष भट्टराईले जानकारी दिए । यस अघि सम्पन्न कार्यक्रमको उद्घाटन झापाका सहायक प्रमुख जिल्ला अधिकारी सहदेव रायमाझीले गरेका थिए । अध्यक्ष भट्टराईले अभियानको प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्दै संस्थाका गतिविधिका बारेमा प्रकाश पारे ।

कार्यक्रममा जागरण अभियानका केन्द्रीय अध्यक्ष कृष्णप्रसाद भण्डारी, उपाध्यक्ष राजेन्द्र घिमिरे, उद्योग संघ झापाका कार्यवाहक अध्यक्ष राजकुमार राई , प्रेस कलब भद्रपुरका अध्यक्ष राजबाबु शंकर लगायतले बोलेका थिए ।

दाँत र मुख सम्बन्धी हरेक समस्याको समाधान
ॐ शान्ति डेन्टल हस्पिटलको वरदान !



आउनुहोस् यहाँ दाँत उखेल्ने, भर्ने, लगाउने,बाङ्गा, टिङ्गा, मिलाउनेदेखि उपचार र मुखको जटिल शल्यक्रिया समेतको अनुभवी डाक्टर र आधुनिक मेसिनको सहयतामा यहाँ हरेक समस्याको सरल ढंगले समाधान गरिन्छ ।

सेवामा आवद्ध डाक्टरहरु
☞ डा. हेम राज गैरे ☞ डा. सि.पि. गैरे ☞ डा. राहुल गुप्ता
☞ डा. विवेक शिंह ☞ डा. टंक न्यौपाने ☞ डा. स्मारक दाहाल
☞ डा. मौलिका श्रेष्ठ ☞ डा. काश्मी श्रेष्ठ ☞ डा. सायारा ढकाल
☞ डा. अन्जली ठाकुर

ॐ शान्ति डेन्टल हस्पिटल
दमक-५ बेलडांगी रोड, डि म्याक्स अगाडी (फोन: ०२३-५७५९०६)

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

Log on गर्नुहोस्
purbasandesh.com
EPAPER मा पूर्वसन्देश पत्रिका हेर्नुहोस्

◆ प्रधान सम्पादक/प्रकाशकः गज्जबहादुर दाहाल, ◆ कार्यकारी सम्पादकः खगेन्द्र कार्की ◆ सहसम्पादकः विमल लामिछाने ◆ बजार व्यवस्थापकः केशव खनाल ◆ लेआउटः सुरेन बस्नेत
कार्यालयः दमक-५, झापा, फोनः ०२३-५७०२७२, मुद्रणः ज्योति अफसेट प्रेस, E-mail:purbasandesh@yahoo.com