प्र.जि.अ.का.झापा द.नं. २६/०३९/४०
हु.जि.द.नं. : ९७/०८०/०८१

जनज्योति साप्ताहिक

Janajyoti Weekly

जलवायु परिवर्तनको असर तथा प्रभावबारे सचेत बनौं

- जलवायु परिवर्तनले मानव जीवन, कृषि, पानी, स्वास्थ्य र जैविक विविधतामा पार्ने असरबारे सचेत बनौ,
- बाढी, पहिरो, डुबान, खडेरी तथा अन्य जलवायुजन्य जोखिमको पूर्वतयारी गरौं,
- वन तथा प्राकृतिक स्रोतको संरक्षण गरी जलवायु परिवर्तन न्यूनीकरणमा योगदान दिऔं,
- नवीकरणीय ऊर्जाको प्रयोगलाई प्रोत्साहन गरौं,
- वृक्षारोपण तथा हरियाली प्रवर्द्धन गरी कार्बन उत्सर्जन घटाउन सहयोग गरौं,
- जलस्रोतको संरक्षण गरौं र जलवायु परिवर्तनअनुकूल जीवनशैली अपनाऔं,
- प्लास्टिक तथा फोहोरजन्य प्रदूषण न्यूनीकरण गरौं,
- जलवायु परिवर्तनका जोखिमप्रति समुदायलाई सचेत र अनुकूलनशील बनाऔं ।

जलवायु परिवर्तनको असरबारे सचेत बनौं,
जलवायु-उत्थानशील समाज निर्माण गरौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

■ वर्ष: ४५ ■ अंक : २२ ■ २०८३ असोज ४ गते आइतबार ■ Sunday, 20 Sept. 2026 ■ मूल्य रु. ७ ।-

संविधान दिवसमा विविध कार्यक्रम

संविधानको अक्षरस पालना गर्ने प्रमको प्रतिवद्धता

जनज्योति समाचार

दमक/ नेपालको संविधान जारी भएको दिनको स्मरण गर्दै देशभर विभिन्न कार्यक्रम आयोजना गरी संविधान दिवस तथा राष्ट्रिय दिवस मनाइएको छ ।

२०७२ असोज ३ गते संविधानसभाबाट संघीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्र, धर्मनिरपेक्षता, समावेशिता र मौलिक हकसहितको 'नेपालको संविधान' जारी भएको थियो । सोही दिनको स्मरणमा हरेक वर्ष असोज ३ गते संविधान दिवस तथा राष्ट्रिय दिवस मनाउने गरिन्छ । लामो संघर्षपछि जननिर्वाचित संविधानसभाबाट संविधान जारी भएको ११ वर्ष पूरा भएको छ । २००७ सालको जनक्रान्तिपछि देखेको संविधानसभाबाट संविधान जारी गर्ने सपना पूरा गर्न नेपाली जनताले झण्डै सात दशक पर्खिनुपऱ्यो । २०७२ असोज ३ गते जारी संविधानले संघीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्र, धर्मनिरपेक्षता र समानुपातिक समावेशितालाई संस्थागत गरेको छ ।

दिवसका अवसरमा काठमाडौंको सैनिक मञ्च टुँडिखेलमा मूल समारोह आयोजना गरिएको छ । समारोहमा राष्ट्रपति रामचन्द्र पौडेल, प्रधानमन्त्री बालेन्द्र शाह, उपराष्ट्रपति रामसहाय प्रसाद यादव, प्रधानन्यायाधीश, प्रतिनिधिसभाका सभामुख, राष्ट्रियसभाका अध्यक्षलगायत संवैधानिक निकायका प्रमुख तथा उच्च पदस्थ अधिकारीहरूको उपस्थिति रहेको थियो ।

मूल समारोहमा नेपाली सेना, नेपाल प्रहरी, सशस्त्र प्रहरी बल, विभिन्न सांस्कृतिक समूह तथा विद्यार्थीहरूले मार्चपास, झाँकी तथा सांस्कृतिक प्रस्तुति गरेका थिए । कार्यक्रममा संविधानको महत्व, राष्ट्रिय एकता तथा लोकतान्त्रिक व्यवस्थाको सुदृढीकरणसम्बन्धी सन्देश प्रस्तुत गरिएको थियो ।

स्वस्थ आलोचनाले मात्र लोकतन्त्र बलियो हुन्छ : राष्ट्रपति पौडेल

दमक/ राष्ट्रपति रामचन्द्र पौडेलले असहमतिलाई सम्मान गर्ने, आलोचनाबाट सिक्ने र राज्यलाई जनताप्रति जवाफदेही बनाउने संस्कार स्थापित गर्न सके मात्र लोकतन्त्र बलियो हुने बताएका छन् ।

संविधान दिवस (राष्ट्रिय दिवस) २०८३ का अवसरमा शनिबार राष्ट्रपति कार्यालयमा आयोजित विशेष समारोहलाई सम्बोधन गर्दै राष्ट्रपति पौडेलले संविधानलाई भाषणमा सीमित नराखी नागरिकको जीवनमा कार्यान्वयन गर्नुपर्नेमा जोड दिए। उनले स्वस्थ्य आलोचनाले मात्र लोकतन्त्र बलियो हुने बताए ।

'हामीले असहमतिलाई सम्मान गर्नें, आलोचनाबाट सिक्ने र राज्यलाई जनताप्रति जवाफदेही बनाउने संस्कार स्थापित गर्न सक्यौं भने मात्र लोकतन्त्र बलियो हुन्छ र संविधानले स्थापित गर्न चाहेका सङ्कल्पहरू पूरा हुन्छन्,' उनले भने, 'यसका लागि आउनुहोस्, हामी संविधानलाई भाषणमा होइन, नागरिकको जीवनमा उतार्ने संकल्प गरौं ।' राष्ट्रपति पौडेलले अनेकौं संघर्ष र बलिदानबाट प्राप्त संविधानको वास्तविक अर्थ त्यतिबेला स्थापित हुने बताए, जतिबेला कुनै नेपालीले न्याय, सम्मान र सुरक्षित भविष्यका लागि राज्यसँग याचना गर्नुपर्ने अवस्था अन्त्य हुनेछ ।

संविधान दिवसका अवसरमा सरकारले विभिन्न क्षेत्रमा योगदान पुऱ्याएका व्यक्तित्वलाई सम्मान तथा विभूषण प्रदान गर्ने, सरकारी निकाय तथा सार्वजनिक संस्थानले विशेष कार्यक्रम आयोजना गर्ने र राष्ट्रिय झण्डा फहराउनेलगायतका कार्यक्रम गर्दै आएको छ ।

यस्तै, प्रदेश सरकार, स्थानीय तह, राजनीतिक दल, नागरिक समाज, विभिन्न संघसंस्था तथा शैक्षिक संस्थाले पनि दिवसका अवसरमा छुट्टाछुट्टै कार्यक्रम आयोजना गरेका छन् । कतिपय स्थानमा प्रभातफेरी, अन्तरक्रिया, दीप प्रज्ज्वलन, रक्तदान, सरसफाइ तथा सांस्कृतिक कार्यक्रम आयोजना गरिएको छ ।

दिवसका अवसरमा राष्ट्रपति, प्रधानमन्त्रीलगायत विभिन्न राजनीतिक दलका नेताहरूले शुभकामना सन्देश जारी गर्दै संविधानको पूर्ण कार्यान्वयन, लोकतान्त्रिक मूल्य(मान्यताको संरक्षण तथा राष्ट्रिय एकता र समृद्धिका लागि सबै पक्षलाई जिम्मेवार भएर अघि बढ्न आह्वान गरेका छन् ।

संविधान जारी भएको एक दशक पूरा भएको सन्दर्भमा यस वर्षको संविधान दिवसलाई संविधानका उपलब्धि, कार्यान्वयनको अवस्था तथा आगामी चुनौतीबारे समीक्षा गर्ने अवसरका रूपमा समेत लिइएको छ । संविधानले संघ, प्रदेश र स्थानीय तह गरी तीन तहको सरकारको व्यवस्था गर्दै राज्य सञ्चालनमा अधिकारको बाँडफाँड गरेको छ ।

मौलिक हक, समानुपातिक समावेशिता, सामाजिक न्याय, स्वतन्त्र न्यायपालिका, आवधिक निर्वाचन तथा संघीय शासन प्रणालीलाई संस्थागत गरेको संविधानको प्रभावकारी कार्यान्वयनसँगै नागरिकका अधिकार र राज्यका दायित्वलाई व्यवहारमा उतार्नुपर्ने विषय संविधान दिवसका अवसरमा उठ्दै आएको छ ।

संविधान दिवसका अवसरमा संविधान दिवस मूल समारोहमा समितिले शनिबार बाँकी ४ पेजमा ▸▸

संविधान दिवसमा कोशीमा प्रभातफेरी

दमक/ कोशी प्रदेश सरकारले शनिबार विराटनगरमा प्रभातफेरीसहित विभिन्न कार्यक्रम आयोजना गरी संविधान दिवस मनाएको छ ।

संविधान दिवस मूल समारोह समितिको आयोजनामा सभागृहबाट निकालिएको प्रभातफेरीले नगरका विभिन्न क्षेत्रको परिक्रमा गरी सहिद मैदानमा पुगेर सम्पन्न भएको थियो ।

प्रभातफेरीमा विभिन्न समुदायका सांस्कृतिक झाँकीसमेत प्रदर्शन गरिएको थियो । सहिद मैदानमा आयोजित समारोहमा प्रदेश प्रमुख पर्शुराम खापुङ प्रमुख अतिथिका रूपमा सहभागी थिए । कार्यक्रममा मुख्यमन्त्री हिक्मत कुमार कार्की, उच्च अदालत विराटनगरका मुख्य न्यायाधीश, प्रदेश सरकारका मन्त्री, सरकारी निकाय तथा सुरक्षा निकायका प्रमुखलगायत सहभागी थिए । कोशी प्रदेशका मुख्यमन्त्री हिक्मतकुमार कार्कीले संविधानको प्रभावकारी कार्यान्वयनबाट लोकतान्त्रिक गणतन्त्र बलियो हुने बताएका छन् ।

संविधान दिवसका अवसरमा सनिवार स्थानीय शहीद रंगशालामा आयोजित कार्यक्रममा उनले नेपाली जनताको लामो संघर्ष र बलिदानबाट प्राप्त संविधानलाई संस्थागत गर्दै सुशासन, पारदर्शिता र जवाफदेहिता कायम गर्नुपर्नेमा जोड दिए ।

मुख्यमन्त्री कार्कीले भ्रष्टाचार नियन्त्रण, सार्वजनिक सेवाको गुणस्तर अभिवृद्धि तथा राज्यका सबै तह र निकायमा सुशासन कायम गर्नु प्रदेश सरकारको प्राथमिकता हो भने कार्यक्रमका प्रमुख अतिथि प्रदेश प्रमुख परशुराम खापुङ थिए ।

मोडल सहकारीको साधारणसभा सम्पन्न

अध्यक्षमा खनाल सर्वसम्मत

दमक । दमक-६ स्थित मोडल बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लिमिटेडको १५ औं वार्षिक साधारणसभा शनिबार सम्पन्न भएको छ । दमक उद्योग वाणिज्य संघको सभाहलमा आयोजित सो साधारणसभाको बन्दसत्रबाट शेषराज निरौलाको संयोजकत्वमा रहेको निर्वाचन समितिले नयाँ कार्यसमिति सर्वसम्मत चयन गरी शपथ ग्रहण गराएको छ ।

साधारणसभाबाट अध्यक्षमा दीपकप्रसाद खनाल, उपाध्यक्षमा खेललाल काफ्ले, सचिवमा अर्जुन चौहान र कोषाध्यक्षमा कुशदेवी लामिछाने चयन भएका छन् । यस्तै सदस्यमा अम्बिका खड्का(दाहाल, मात्रिका ओझा र प्रकाश खनाल सर्वसम्मत चयन भएका छन् । निर्वाचित कार्यसमितिले सोही बैठकबाट पदअनुसार कार्यविभाजनसमेत गरेको जनाइएको छ ।

दमक उद्योग वाणिज्य संघको सभाहलमा आयोजित साधारणसभा संस्थाका मौजुदा अध्यक्ष भोला बरालको अध्यक्षतामा सम्पन्न भएको थियो । कार्यक्रममा जिल्ला सहकारी संघ झापाका अध्यक्ष प्रेमकुमार कोइराला प्रमुख अतिथि थिए । जिल्ला सहकारी संघ झापाका बाँकी ४ पेजमा ▸▸

कोशीमा १३ स्थानीय भाषा सरकारी कामकाजको हुने

दमक/ कोशीमा १३ स्थानीय भाषालाई सरकारी कामकाजको भाषा बनाउन सकिने व्यवस्था गरिएको छ। प्रदेश सभाको सामाजिक विकास समितिले सरकारी कामकाजको भाषा तोक्ने विधेयकमाथि लामो छलफलपछि राजनीतिक दलबाट प्राप्त सुझाव समेटेर १ असोजमा यस्तो व्यवस्था पारित गरेको छ ।

कोशी प्रदेश सभामा दर्ता भएको सरकारी कामकाजको भाषा तोक्ने विधेयकमाथि लामो समयदेखि छलफल हुँदै आएको थियो । समितिले कोशीमा एक प्रतिशतभन्दा बढीले बोल्ने मैथिली र लिम्बूसहित थारू, तामाङ, मगर, बान्तवा, उराँव, राजवंशी, राई, नेवार, चाम्लिङ, शेर्पा र सन्थाली भाषा कामकाजी रूपमा प्रयोग ल्याउन सक्ने गरी पारित पारित गरेको छ । ती भाषालाई स्थानीय पालिकाले आवश्यकताका आधारमा प्रदेश सरकारले निर्माण गरेको कार्यविधिकअनुसार आफ्नो क्षेत्रभित्र कामकाजी भाषा बनाउन सक्नेछन्। राष्ट्रिय जनगणना, २०७८ अनुसार ४९ लाख ६१ हजार ४१२ जनसंख्या रहेको कोशीमा जम्मा १०७ मातृभाषा बोलिन्छन् ।

दमक सहकारीको साधारणसभा सम्पन्न

दमक । दमक सहकारी संस्था लिमिटेड, दमक-६ झापाको २१औं वार्षिक साधारणसभा पशुपतिनाथ मन्दिरको सभाहलमा सम्पन्न भएको छ । साधारणसभाले अध्यक्षको प्रतिवेदन, लेखा सुपरीवेक्षण समितिको प्रतिवेदन तथा स्वतन्त्र लेखा परीक्षकको प्रतिवेदन पारित गरेको छ ।

दमक नगरपालिकाका नगरप्रमुख राम कुमार थापाको प्रमुख आतिथ्यता तथा संस्थाका अध्यक्ष डा. नेत्रबहादुर बुढाथोकीको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा संस्थाका सचिव पदमप्रसाद घिमिरेले कार्यक्रम सञ्चालन गरेका थिए। स्वागत मन्तव्य संस्थाका उपाध्यक्ष भवकृष्ण खतिवडाले गरेका थिए ।

सो कार्यक्रममा प्रमुख अतिथि थापासहित अतिथिहरुमध्येबाट अरुणकुमार अधिकारी, इन्दिरा भण्डारी, देउकुमार नेम्वाङ र देवीप्रसाद दाहालले शुभकामना मन्तव्य राखेका थिए ।

सो कार्यक्रममा साधारणसभामा ज्येष्ठ शेयर सदस्य, उत्कृष्ट बचतकर्ता, उत्कृष्ट ऋणी तथा उत्कृष्ट बाल बचतकर्तालाई सम्मान गरिएको थियो । साथै शेयर सदस्यका छोराछोरीमध्ये एसईई र बाँकी ४ पेजमा ▸▸

माता पाथिभरा बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि. झापाको

८ औं बार्षिक साधारण सभा सम्बन्धी सूचना

यस **माता पाथिभरा बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.**, दमक-१, झापाको मिति २०८३ साल भाद्र २१ गते बसेको सञ्चालक समितिको बैठकको निर्णय अनुसार निम्न मिति, समय र स्थानमा हुने निश्चय भएको हुँदा उक्त कार्यक्रममा यहाँहरुको उपस्थितिका लागि सादर अनुरोध छ ।

तपशील

- मिति : २०८३/०६/०८ गते बिहीबार
- समय : बिहान १०:०० बजेदेखि
- स्थान : संस्थाको कार्यालय, दमक-१, झापा

छलफल हुने बिषयहरु :

१. संचालक समितिको बार्षिक प्रतिबेदन तथा आगामी कार्यक्रम उपर छलफल तथा पारित ।
२. आ .व २०८२/०८३ को लेखा परिक्षण प्रतिबेदन उपर छलफल तथा पारित ।
३. बार्षिक बजेट तथा कार्यक्रम उपर छलफल तथा अनुमोदन गर्ने ।
४. साधारण सभाको निर्णय पुस्तिकामा सहि गर्नका लागि संचालक समितिबाट ५ जना र शेयर सदस्य मध्येबाट ६ जना प्रतिनिधि चयन गर्ने समबन्धमा ।
५. आ.व ०८२ /०८३ मा संचालक समितिले गरेका निर्णयहरु अनुमोदन गर्ने सम्बन्धमा ।
६. आ .व २०८३/०८४ को लागि लेखा परिक्षक नियुक्ति र निजको पारिश्रमिक निर्धारण सम्बन्धमा
७. बिबिध

माता पाथिभरा बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.
दमक (०१ झापा (फोन: ०२३५८४७१८ /९८६२१८४३०३)

सम्पादकीय

सामाजिक सञ्जालको दुरूपयोग नगरौं

दमक नगरपालिकाले कार्यालय समयमा सामाजिक सञ्जालको अत्यधिक प्रयोग र यसको दुरूपयोग रोक्न जारी गरेको सूचनाले प्रशासनिक क्षेत्रको एउटा गम्भीर यथार्थलाई सतहमा ल्याइदिएको छ । नगरपालिकाले बिहीबार एक सूचना जारी गर्दै कार्यालय समयमा पोशाक लगाएर, कुर्सीमा बसी टिकटक, फेसबुकजस्ता सामाजिक सञ्जालमा अल्झिने कर्मचारीहरुलाई कानुनबमोजिम कारबाही हुने चेतावनी दिएको छ । यो कदम केवल एउटा प्रशासनिक सर्कुलर मात्र होइन, प्रविधिको अन्धो प्रयोगले निम्त्याएको सार्वजनिक उत्तरदायित्वप्रतिको उदासीनतामाथि लगाइएको गतिलो अंकुश पनि हो ।

विज्ञान र प्रविधिको विकास मानव कल्याणका लागि हो, तर यसको अविवेकी प्रयोगले सिर्जना गर्ने क्षति गम्भीर छ । कार्यालय समयमा सरकारी पोशाकमै टिकटक बनाउने वा फेसबुक स्क्रोल गर्ने बानी सामान्य मनोरञ्जन होइनह्य यो सामाजिक सञ्जालको एल्गोरिदमले जन्माएको मानसिक लत हो ।

कार्यालय समयमा कर्मचारीको यो प्रवृत्तिको असर निकै दूरगामी र हानिकारक छ । जब कर्मचारीको ध्यान स्क्रिनमा केन्ि्रत हुन्छ, तब सेवाग्राहीको काममा ढिलासुस्ती हुन्छ र सेवा प्रवाहको गुणस्तर स्वतः खस्किन्छ । एकाग्रताको अभावले गर्दा संवेदनशील सरकारी कागजात तथा सिफारिसहरुमा ठूला प्रशासनिक त्रुटि हुने जोखिम उत्तिकै बढेर जान्छ । अर्कोतर्फ, घण्टौं लाइन बसेर सेवा लिन आएका सर्वसाधारणका अगाडि कर्मचारीहरु मोबाइलमा ब्यस्त हुनु जनताप्रतिको अपमान हो, जसले स्थानीय प्रशासन र समग्र सरकारी सेवाप्रतिको जनआस्थालाई धुमिल बनाउँछ । यसका साथै, सरकारी पोशाक र कार्यालयको गरिमा विपरीत बनाइने भिडियोले राज्यको प्रतीकको अवमूल्यन गर्छ भने कार्यालयका गोप्य कागजात वा सेवाग्राहीका ब्यक्तिगत विवरणहरु भिडियोको पृष्ठभूमिमा पर्दा गोपनीयता भङ्ग हुने र सुरक्षा जोखिम बढ्ने खतरा समेत उत्तिकै रहन्छ ।

सामाजिक सञ्जालको यो लत केवल कार्यालयमा मात्र सीमित छैनह्य यसले आज समाजका हरेक तप्कालाई गाँजिरहेको छ ।

सार्वजनिक पद धारण गरेका ब्यक्तिहरुले यो बुझ्न जरूरी छ कि कार्यालय समयको प्रत्येक मिनेट जनताको करबाट पालिएको हुन्छ र यो समय नागरिकको सेवामा पूर्ण रुपमा समर्पित हुनुपर्छ । दमक नगरपालिकाले चालेको यो कदमलाई निषेधाज्ञाको रुपमा मात्र नभई, प्रशासनिक सुशासन कायम गर्ने र प्रविधिको सही सदुपयोग गराउने अनिवार्य सर्तको रुपमा लिनुपर्छ । अन्य स्थानीय तहहरुले पनि यसबाट समयमै पाठ सिकेर सेवाप्रवाहलाई उत्तरदायी र प्रविधि(मैत्री बनाउन अपरिहार्य देखिन्छ ।

पुरानो स्मृती, नदेखिने ब्यापार

उत्तमप्रसाद भट्टराई
uttam.dmk01@gmail.com@gmail.com

दश वर्षे जनयद्ध सकिएर नेकपा (माओवादी) संविधान सभाको चुनाव लड्ने तयारीमा थियो । त्यस पार्टीमा युद्धको धङधडी निकै देखिन्थ्यो । अरू पार्टी चुनावी तयारी गर्दै थिए । पूर्व नेपालमा केही पार्टीहरू आफ्नो अस्तित्व र पहिचान खोज्दै सडकमा थिए । तराई केन्द्रित पार्टी आफ्नु अधिकार र एक मधेश एक प्रदेशको अभियानमा थिए । अन्तरीय सरकार एकेसम्म चाँडै संविधान सभाको चुनाव गराएर अगाडीको वातावरण सहज बनाउन लागी परेको अवस्थामा देशको राजनीति तरल थियो । अन्यौलको स्थिती थियो, देशमा ।

आज एकाएक पुरानो स्मृती ताजा भयो । २०६४ पौष महिनाको समय हुनुपर्छ । स्थानीय स्तरका एक राजनीतिक कार्यकर्तासँग पुरानो पाथिभरा एफ.एम चोक, दमक-५ मा अकस्मात भेट भयो । अभिवादन पश्चात पश्चिमतिरबाट आउनु भयो, कता जानु भएको थियो र फर्कदै हुनुहुन्छ ? यस्तै औपचारीक गफ प्रारम्भ गरैँ, मैले । ती अग्रज दाईले सहजमा भन्नुभयो, माथी चुलीबाट काठका टुना ल्याउनु पऱ्यो र (पस्चिमतिर दोखाउँदै) त्यो स मिलमा चिराएर विक्रि गर्नु पऱ्यो । नाफाका बारेमा दाइले भन्नुभयो सबै खर्च काटेर राम्रो आम्दानी बस्छ ।

दश वर्षे जनयद्ध सकिएर नेकपा (माओवादी) संविधान सभाको चुनाव लड्ने तयारीमा थियो । त्यस पार्टीमा युद्धको धङधडी निकै देखिन्थ्यो । अरू पार्टी चुनावी तयारी गर्दै थिए । पूर्व नेपालमा केही पार्टीहरू आफ्नो अस्तित्व र पहिचान खोज्दै सडकमा थिए । तराई केन्द्रित पार्टी आफ्नु अधिकार र एक मधेश एक प्रदेशको अभियानमा थिए । अन्तरीय सरकार एकेसम्म चाँडै संविधान सभाको चुनाव गराएर अगाडीको वातावरण सहज बनाउन लागी परेको अवस्थामा देशको राजनीति तरल थियो । अन्यौलको स्थिती थियो, देशमा ।

अन्त्यमा मैले अग्रज दाइलाई भने यो काठको काम र दामको कुरा छोडौं । मैले काठको काममा अप्ठेरा पक्षको सम्बन्धमा बताएँ, मेरा विचार राखें । अप्ठेरो सरकारी काम पारगरेर चुलीका मुडा ट्याकटरमा लोड गरेर अगाडी बढ्दा आइपर्ने झमेला राखें । बाटोमा चन्दा माग्ने, ढाट लगाउने जस्ता अप्ठ्यारा दशौं विन्दु पार गर्नुपर्छ । चन्दा माग्ने कुनै सज्जन हुन्छन् तर कुनै दुर्जन हुन्छन् । कोई मिठो बोलेर चन्दा माग्छन् भने अर्का थरी हप्काउछन् । तीनले भने जति नदिए तस्कर होइन्छ, दलाल होइन्छ । बनमारा होइन्छ । त्यहाँका गफ त्यस्ता हुन्छन, की ती चन्दा मागेर पेट भर्ने मनुवा संरक्षक हुन, विरूवा लगाएर हुर्काएको उनिहरूले हो । संरक्षण उनिहरूले गरे, र प्रकृया पुरा गरेर सरकारी राजस्व भुक्तान गरेर काठका गोलीया ल्याउने सबै तस्कर भए । त्यस्ता विविध बिन्दुका लफडा मिलाएर स मिलमा चिरायर काठमान्डौ पुऱ्याउन झन माहाभारत पर्छ । भुक्तभोगीहरूका अनुसार पुर्व पश्चिम राजमार्गमा बन सुरक्षाका लागी राखिएका रेन्ज अफिसका झन्झट बेग्लै प्रकारका हुन्छन् । ती सबै ब्याव्धान छिचोलेर काठमान्डौ पुऱ्याएका गोलीया र चिराएका काठका मुल्य आफ्नै होला । घाटा नाफा, जोखिम सबै विविध प्रकारका होलान् ।

त्यसकारण, मित्र, तपाई यो काम नगर्नुस् । मैले मेरो सामुन्ने बस्नु भएका अग्रजलाई भने । उहाँको अनुहार मधुरो भयो । उत्साह घटेको मैले पाँए । म झल्याँस्स भएँ । मैले कसैको योजना भत्काएँ कि जस्तो भयो, मलाई ।

मैले पुनः सम्हालिएर एउटा सानु ब्यपारको प्रस्ताव उहाँ समक्ष पेस गर्ने बिचार गरैँ । सवैभन्दा सजिलो जोखिम कम र राम्रो नाफा थोरै पुँजीले हुने एउटा ब्यवसायको प्रस्ताव छ । मित्र, गर्नु हुन्छ भने म निवेदन गर्छु, मैले कुरा अगाडी बढाँए ।

उहाँको अनुहारमा केही उज्यालोपन आएको मैले पाएँ । मेरो प्रस्ताव सानो छ । कसैलाई नपच्न सक्छ । तपाइलाई पनि नपचे म फिर्ता लिन्छु । तर मेरो प्रस्तावले मन दुखाउनु हुने छैन भनी हुई हात जोडें । हामी दुईका चार मिले र बैसठ्ठी खुले । उहाँको हँसिलो अनुहारको स्वीकृती पछि मैले मेरा विचार/प्रस्ताप राखें । एक अर्काका अनुहार हेर्दै मैले हल्का मुस्कान समेत सेयर गरैँ । मैले मेरो प्रस्ताव पेश गर्नेक्रममा भुमिका पेस गरें ।

तपाईले भारतीय ठुला सहर कत्तिको भ्रमण गर्नु भएको छ । तिर्थाटन भए होलान, ठूला सहरका गेष्टहाउसमा एक रात विताएर विहान सवारी साधनमा अर्को सदर निस्कने तिर्थाटनको परम्परा हुन्छ । त्यस्ता यात्रामा ठुला मठमन्दिरका दर्शन हुन्छ । आध्यात्मिक चिन्तनले मन फ्रेस हुन्छ । विभिन्न सहर घुमेको प्रोफाइल बन्छ । तर व्यापार, उद्योगमा मद्दन पुग्दैन ।

भारतका साना, ठुला सहरका हरेक बाटो, चौक, गल्लीमा विभिन्न प्रकारका पसल पाइन्छन । साना ठुलाा पसल हुन्छन । सोरूम हुन्छन् । त्यस्ता एरियामा साना चियाका दोकान, पान पसल सँगसँगै दुधका दोकान पाइन्छन । कहि डेरीका नाम गरेका दुग्ध जन्य प्रदार्थ पाइने दोकान हुन्छन । तर सबै गल्ली, साना चोक, रेसीडेन्सि इलाकामा दुधका विक्रि कक्ष भेटिन्छन । ती विकि कक्षमा दुध, केही मात्रामा दही, महि, पनिर आदी विकि हुन्छन् । खर्च र पसलको भाडा कटाएर राम्रै आमदनी भएको हुनुपर्छ, त्यसकारण ती विक्रि कक्ष टिकिराखेका छन् । त्यस्ता सहरमा सरकारी तथा स्थानीय तहका डेरीका उत्पादनका विक्रिकक्ष समेत पाइन्छन् । तर सरकारी र पालिकाका केही सिमा हुन्छन् । निश्चित समयमा खुल्छन र बन्द हुन्छन् । अर्कोतर्फ व्यतिगत निजी पसलका कथा आफनै हुन्छन्, त्यहाँ आफ्नो पसिना र पैसा जोडीएको हुँदा सम्बन्धित ब्यापारी धेरै मेहनत गर्छन् । दुग्धजन्य प्रदार्थका कारण व्यापारमा घाटा हुने सम्भावना एकदम न्युन छ । त्यसकारण, मित्र त्यस्ता दोकान खोल्दा कसो होला ?

पौष महिनाको दिन भएकाले मौसम चिसो थियो । मित्र, त्यहाँ तातो चिया सुरूप्प लियौं र दुध र दुग्धजन्य प्रदार्थ पाइने दोकानका लागी चाहिने पुँजी, स्थान र जनशक्तिका बारे गफ गरौं ।

विश्व रोचक

१. सर्पलाई कहाँ टेक्दा टोक्ने सम्भावना बढी ?

सर्पसँग खेल्नु वा उसलाई जानीजानी टेक्नु खतरनाक हुन्छ । तर वैज्ञानिकहरूले सर्पले मानिसको शरीरको कुन भागमा दबाब महसुस गर्दा बढी आक्रमण गर्न सक्छ भन्ने अध्ययन गरेका छन् । अनुसन्धानकर्ताले विभिन्न विषालु सर्पलाई फरक तापक्रम, समय र शरीरका विभिन्न भागमा हल्का दबाब पर्ने गरी परीक्षण गरे । अध्ययनले सर्पको पुच्छरतर्फ दबाब पर्दा टोक्ने सम्भावना तुलनात्मक रूपमा कम र टाउकोतर्फ जाँदा जोखिम बढी हुन सक्ने देखायो । यस्तो अनौठो प्रयोगका लागि अनुसन्धानकर्ताले २०२६ को इग नोबेल जीवविज्ञान पुरस्कार पाए । उद्देश्य भने सर्पको टोकाइबाट मानिसलाई सुरक्षित राख्ने व्यवहार बुझ्नु थियो ।

२. चुम्बनको पनि वैज्ञानिक परिभाषा !

'चुम्बन' प्रेम र भावनासँग जोडिएको विषय हो । तर वैज्ञानिकहरूले यसको पनि औपचारिक परिभाषा खोजेका छन् । अनुसन्धानकर्ताले मानिससँगै कमिला, चरा र ध्रुवीय भालुजस्ता विभिन्न जीवमा देखिने मुख-मुख सम्पर्कको अध्ययन गरे । उनीहरूले चुम्बनलाई खाना आदानप्रदान नगरी, एकै प्रजातिका जीवबीच मुख वा ओठको निर्देशित सम्पर्क हुने व्यवहारका रूपमा परिभाषित गर्ने प्रयास गरेका छन् । मानिसमा चुम्बन भावनात्मक सम्बन्धको प्रतीक भए पनि अन्य जीवमा यसको उद्देश्य फरक हुन सक्छ । यही अनौठो अध्ययनलाई २०२६ को इग नोबेल जैवयान्त्रिकी पुरस्कार प्रदान गरिएको छ ।

३. घरभित्रै वन्यजन्तुको नयाँ 'आश्रय'

अस्ट्रेलियामा प्राकृतिक बासस्थान घट्दै जाँदा वन्यजन्तु मानिसका घरभित्र पस्ने घटना बढेको एउटा अध्ययनले देखाएको छ । अनुसन्धानकर्ताले एक दशकका करिब २ हजार ४ सय वन्यजन्तु उद्धार रिपोर्ट अध्ययन गरेका थिए । त्यस क्रममा पोसम, चमेरा, वम्बाटलगायत जनावर घरका छाना, भित्ता, भान्सा र अन्य ठाउँमा भेटिएका थिए । अझ रोचक कुरा, एउटा कोआला मानिसको ओछ्यानमै भेटिएको थियो भने इकिड्ना भान्साको सामान खोज्दै गरेको भेटियो । वैज्ञानिकहरूका अनुसार प्राकृतिक बासस्थान नष्ट हुँदै जाँदा जनावरले मानिसका घरलाई वैकल्पिक आश्रयका रूपमा प्रयोग गर्न थालेका हुन् ।

४. २५ टनका ढुंगा १८ किलोमिटर टाढाबाट ल्याएर स्मारक !

करिब चार हजार वर्षअघि बेलायतमा मानिसहरूले २५ टनभन्दा बढी तौलका विशाल ढुंगा १८ किलोमिटरभन्दा टाढाबाट बोकेर ल्याएको नयाँ अनुसन्धानले देखाएको छ । यी ढुंगा 'डेभिल्स एरोज' नामको प्रागैतिहासिक ढुंगे संरचना निर्माणमा प्रयोग भएका थिए । अनुसन्धानकर्ताले ढुंगाको भौगोलिक संरचना परीक्षण गरेर तिनको स्रोत वर्तमान स्थानबाट करिब १८ किलोमिटर टाढा रहेको द्यचषजक च्यअपक भएको पत्ता लगाए ।

नेतृत्व हस्तान्तरणको परम्परा र देउवाको पदमोह

◆ जयप्रकाश आनन्द

किसुनजीपछि कांग्रेस नेतृत्वमा चुनावी प्रतिस्पर्धाले प्रवेश गऱ्यो । तर त्यो प्रतिस्पर्धामा पनि राजनीतिक मर्यादा थियो । गिरिजाबाबुको नेतृत्व मन नपरे पनि किसुनजी आफैं उहाँको विरूद्ध उम्मेदवार बन्नुभएनह्य चिर ञ्जीवी वाग्लेलाई समर्थन गर्नुभयो । अर्थात् ब्यक्तिसँग असहमति भए पनि पार्टीलाई विभाजनको अर्को तहमा धकेल्ने बाटो रोज्नुभएन ।

स्वर्गीय नेता गिरिजाप्रसाद कोइराला र निवर्तमान सभापति शेरबहादुर देउवासँग म

भर्खरै शेरबहादुर देउवाले एउटा वक्तव्यमा भनेका छन्, "मलाई व्यक्तिगत रूपमा कुनै पद वा जिम्मेवारीप्रति लोभ छैन । अब कुनै पदमा पुग्ने लालसा पनि मैले राखेको छैन । तर १४औँ महाधिवेशनबाट निर्वाचित सभापतिका रूपमा १५औँ महाधिवेशन सम्पन्न गरी नेतृत्व हस्तान्तरण गर्नु मेरो वैधानिक दायित्व हो । पार्टी कमजोर र विभाजन हुँदा म मूकदर्शक हुन सक्दिनँ ।"

सुन्दा यसमा त्यागको भाव देखिन्छ । तर नेपाली कांग्रेसभित्रको वर्तमान विवादले एउटा स्वाभाविक प्रश्न उठाउँछ—नेतृत्व हस्तान्तरण गर्न देउवाले पहिले आफैं सभापति हुनैपर्ने किन?

गगन थापाको सभापतित्वमा सम्पन्न विशेष महाधिवेशनले वैधानिक मान्यता पाइसकेको अवस्थामा, निर्वाचन आयोग र सर्वोच्च अदालतबाट समेत त्यसलाई अनुमोदन भइसकेपछि, देउवाका लागि सम्मानजनक बहिर्गमनको बाटो खुला थियो । तर त्यो अवसर गुमेको देखिन्छ । यसले कांग्रेसको इतिहासमा नेतृत्व हस्तान्तरणसम्बन्धी नयाँ विवाद थपेको छ ।

यस विषयलाई बुझ्न कांग्रेसको इतिहासतिर फर्किनुपर्छ । कांग्रेसमा नेतृत्व हस्तान्तरण केवल विधानको विषय थिएन, त्यो राजनीतिक संस्कार पनि थियो—आफूभन्दा पार्टी ठूलो, पार्टीभन्दा विचार ठूलो र विचारभन्दा लोकतान्त्रिक परम्परा ठूलो हुन्छ भन्ने चेतना ।

वि.सं. २००७ पछिको कांग्रेसमा मातृकाप्रसाद कोइरालाको सभापतित्वलाई अपवादका रूपमा राख्ने हो भने नेतृत्व हस्तान्तरणको परम्परा लामो समयसम्म उल्लेखनीय रह्यो । बी.पी. कोइराला, सुवर्ण शमशेर राणा, गणेशमान सिंह र सूर्यप्रसाद उपाध्यायबीच गम्भीर मतभिन्नता थिए । व्यक्तित्व र विचारको संघर्ष पनि थियो । तर सभापतिको पदका लागि एकअर्कालाई समाप्त पार्ने तहको प्रतिस्पर्धा थिएन ।

२०१७ पुस १ पछि बी.पी. जेलमा र सुवर्ण शमशेर प्रवासमा रहनुभयो । त्यसबेला सुवर्णजीलाई पार्टी नेतृत्वको दाबी गर्न उक्साउने परिस्थिति हुनसक्थ्यो । तर उहाँले त्यसो गर्नुभएन । बरू बी.पी., गणेशमानलगायत नेताहरूको रिहाइका लागि प्रयास गरिरहनुभयो ।

२०१८ सालमा पटनामा भएको सम्मेलनपछि राजाको निरंकुश शासनविरूद्ध सशस्त्र प्रतिरोध सञ्चालन गर्न सुवर्णजीलाई कार्यवाहक सभापतिको जिम्मेवारी दिइयो । उहाँले त्यसलाई व्यक्तिगत आकांक्षाका रूपमा होइन, परिस्थितिले मागेको जिम्मेवारीका रूपमा स्वीकार गर्नुभयो । पद लिनु र जिम्मेवारी लिनु एउटै कुरा होइन भन्ने उहाँको व्यवहारले देखायो ।

पछि बी.पी. स्वदेश फर्कने क्रममा कलकत्तामा गम्भीर रूपमा बिरामी सुवर्ण शमशेरलाई भेट्नुभयो । सुवर्णजीले आफ्नो जिम्मामा रहेको कांग्रेसको नेतृत्व बी.पी.लाई फिर्ता बुझाउनुभयो । ९ नोभेम्बर १९७७ मा सुवर्णजीको निधन भयो । नेतृत्व हस्तान्तरणको यो प्रसंग कांग्रेस इतिहासको अनुपम उदाहरण बन्यो ।

बी.पी.ले आफू जेल पर्न सक्ने अवस्था बुझेरै कृष्णप्रसाद भट्टराईलाई कार्यवाहक नेतृत्वको जिम्मेवारी दिनुभएको अर्को ऐतिहासिक उदाहरण छ । यस निर्णयमा गणेशमान सिंहको सहमति पनि रहेको मानिन्छ । पछि कलवलगुडीमा गणेशमानजीको सदिच्छा र गिरिजाप्रसाद कोइरालाको सहमतिबाट किसुनजी निर्विरोध सभापति बन्नुभयो ।

किसुनजीपछि कांग्रेस नेतृत्वमा चुनावी प्रतिस्पर्धाले प्रवेश गऱ्यो । तर त्यो प्रतिस्पर्धामा पनि राजनीतिक मर्यादा थियो । गिरिजाबाबुको नेतृत्व मन नपरे पनि किसुनजी आफैं उहाँको विरूद्ध उम्मेदवार बन्नुभएन; चिरञ्जीवी वाग्लेलाई समर्थन गर्नुभयो । अर्थात् व्यक्तिसँग असहमति भए पनि पार्टीलाई विभाजनको अर्को तहमा धकेल्ने बाटो रोज्नुभएन ।

यी घटनामा एउटा साझा सूत्र देखिन्छ—पदभन्दा पार्टी ठूलो ।

देउवाको लामो राजनीतिक यात्रा र कांग्रेस नेतृत्वमा उहाँको योगदानलाई अस्वीकार गर्न सकिँदैन । उहाँ पटकपटक पार्टी सभापति र प्रधानमन्त्री बन्नुभएको छ । तर उहाँको सभापतित्वकालमा नेतृत्व हस्तान्तरणको प्रश्न पटकपटक विवादमा आएको छ । गुट निर्माण, गुटगत स्वार्थअनुसार गठबन्धन र नेतृत्व निरन्तरताको राजनीतिले यो प्रश्नलाई थप जटिल बनाएको देखिन्छ ।

यदि कुनै सभापतिले "म नेतृत्व हस्तान्तरण गर्न चाहन्छु" भन्छ, तर नेतृत्व हस्तान्तरणको पूर्वशर्त नै "पहिले म नै सभापति हुनुपर्छ" भन्ने हुन्छ भने त्यसलाई सहज नेतृत्व हस्तान्तरण भन्न कठिन हुन्छ । नेतृत्व हस्तान्तरण भनेको पद अर्को व्यक्तिको हातमा सार्नु मात्र होइन । आफूले समातेको पदमाथिको मोह छोड्नु, आफूले बनाएको राजनीतिक संरचनाभन्दा पार्टीलाई माथि राख्नु र आफ्नो प्रभावभन्दा संस्थाको भविष्यलाई प्राथमिकता दिनु हो ।

बी.पी.ले सुवर्णजीबाट नेतृत्व लिनुभयो । सुवर्णजीले जिम्मेवारी फिर्ता गर्नुभयो । बी.पी.ले किसुनजीलाई जिम्मेवारी दिनुभयो । गणेशमानजीले आफ्नो विशाल राजनीतिक कद हुँदाहुँदै किसुनजीलाई बाटो दिनुभयो । किसुनजीले गिरिजाबाबुसँग असहमति हुँदाहुँदै पनि पार्टीको प्रतिस्पर्धात्मक मर्यादा जोगाउनुभयो । यी सबै उदाहरणले एउटै कुरा भन्छन्—नेतृत्व लिन सक्नु राजनीतिक क्षमता हो, तर समय आएपछि नेतृत्व हस्तान्तरण गर्न सक्नु राजनीतिक संस्कार हो ।

मलाई एउटा शाश्वत कथाको सम्झना हुन्छ । सिद्ध योगीको निधनपछि उनका शिष्यले उनको कुटीसमेत जलाउने परम्परा हुन्छ । नयाँ योगी पुरानो प्रभावको छायाबाट मुक्त भएर आफ्नै बाटो बनाउन सकून् भनेर । राजनीतिमा पनि पूर्ववर्ती नेतृत्वले समयमै "कुटीको चाबी" हस्तान्तरण गर्न सक्नुपर्छ ।

आज प्रश्न देउवा कति समय सभापति बन्नुहुन्छ भन्ने मात्र होइन । मूल प्रश्न नेपाली कांग्रेसले फेरि आफ्नो पुरानो राजनीतिक संस्कार फर्काउन सक्छ कि सक्दैन भन्ने हो—आफूभन्दा ठूलो पार्टी, पार्टीभन्दा ठूलो लोकतन्त्र र कुनै पनि व्यक्तिगत पदभन्दा ठूलो संस्थागत भविष्य हुन्छ भन्ने संस्कार ।

शेरबहादुर देउवाले साँच्चै व्यक्तिगत स्वार्थ छैन र नेतृत्व हस्तान्तरण गर्न चाहन्छु भन्नुभएको हो भने इतिहासले उहाँसँग एउटा सरल प्रश्न सोधिरहेको छ—यदि स्वार्थ छैन भने नेतृत्व हस्तान्तरणको बाटोमा आफ्नै पदलाई किन पूर्वशर्त बनाउने ?

कांग्रेसका महान् नेताहरु पद छोडेर साना भएका होइनन् । बरू पद छोड्न सक्ने सामर्थ्यले उनीहरूलाई इतिहासमा अझ ठूलो बनाएको छ । त्यसैले आज कांग्रेसलाई सबैभन्दा बढी आवश्यक परेको कुरा नेतृत्वको निरन्तरता होइन, नेतृत्व हस्तान्तरणको लोकतान्त्रिक संस्कारको पुनर्स्थापना हो ।

छुर्पीले फेरियो चौंरीगोठको जीवन

ताप्लेजुङ/ पूर्वी पहाड र हिमाली जिल्लाका दुध कृषक चौंरीबाट उत्पादित दुधको छुर्पी बेचेर मनग्गे आमदानी गर्दै आएका छन् । ताप्लेजुङको सिदिङ्वा गाउँपालिका-१, कालीखोलाको पाङ्दुवामा रहेको टार्जन खुदाङ लिम्बूको चौंरीगोठमा यतिबेला चौंरीको दुधभन्दा बढी छुर्पीको चर्चा हुन्छ । गोठमा उत्पादित दुधलाई प्रशोधन गरेर बनाइएको छुर्पी बिक्रीबाट उहाँले वार्षिक करिब १३ लाख रूपियाँ आम्दानी गर्दै आउनुभएको छ ।

३० वर्षीय लिम्बूका लागि चौंरीपालन परम्परागत पेसा मात्र होइन बरू परिवारको जीविकोपार्जनको मुख्य आधार हो । नौ वर्षदेखि व्यावसायिक रूपमा चौंरीपालन गर्दै आएका उनले अहिले ३० वटा चौंरी पालेका छन् । वर्षको करिब छ महिना पाङदुवाको गोठमा विताउँछन् ।

जेठदेखि भदौसम्मको समय बढी व्यस्त हुन्छ । यही समयमा पाङदुवाको गोठमा चौंरीको दुध दुहुने, दुध प्रशोधन गर्ने र छुर्पी तयार गर्ने काम चल्छ । गोठ वरिपरि बाँस तथा काठका डन्डीमा झुन्ड्याइएका पहेँलै छुर्पीका लहरले उत्पादनको आकार देखाउँछन् ।

चौंरीको दुधबाट तयार हुने छुर्पी मुख्य आम्दानीको स्रोत हो । उत्पादित छुर्पी प्रतिकेजी एक हजार एक सय रूपियाँसम्ममा बिक्री हुने गरेको लिम्बूले बताए । पाङ्दुवामा उत्पादन भएको छुर्पी ताप्लेजुङका स्थानीय बजारसँगै सिक्किम, इलाम र बिर्तामोडसम्म पुग्ने गरेको छ ।

पाङ्दुवा क्षेत्रमा कालीखोला, सुरुमखिम र मेहेलेलगायतका स्थानका गरी १६ वटा चौंरीका गोठ छन् । यहाँका किसानले चौंरीको दुधबाट घिउ र छुर्पीलगायतका दुग्धजन्य पदार्थ उत्पादन गर्दै आएका छन् । हिमाली क्षेत्रमा पुस्तौँदेखि चलिआएको चौंरीपालन स्थानीय अर्थतन्त्रसँग जोडिएको महत्वपूर्ण पेसा भए पनि पछिल्लो समय यसमा संलग्न किसानको संख्या भने घट्दै गएको लिम्बू बताउँछन् ।

नयाँ पुस्ता चौंरीपालनमा आकर्षित नहुँदा परम्परागत पेसा संकटमा पर्न थालेको छ ।

चौंरीपालनमा आम्दानीसँगै जोखिम पनि उत्तिकै छ । पाङ्दुवाका चौंरी किसानका लागि वन कुकुर ठुलो चुनौती बनेको लिम्बूको भनाइ छ । गोठाला मिलेर वन कुकुर लखेट्ने गरे पनि वर्षमा २० देखि २५ वटासम्म चौंरी कुकुरले मार्ने गरेको उनले बताए । चौंरीका लागि आवश्यक आहार र चरन व्यवस्थापनमा पनि समस्या हुने गरेको छ । लामो समय गोठमा बसेर चौंरी चराउनुपर्ने भएकाले जनशक्ति व्यवस्थापन समेत चुनौतीपूर्ण हुने गरेको उनको अनुभव छ ।

पछिल्लो तीन वर्षयता पाङ्दुवा क्षेत्रमा पर्यटकको आवागमनसमेत बढेको छ । ताप्लेजुङका विभिन्न स्थानसँगै दमक, इटहरी, धरान र पाँचथरबाट आउने पर्यटक चौंरीका गोठ हुँदै तिम्बुङपोखरीतर्फ जाने गरेका छन् ।

स्वास्थ्य

जिब्रोले गर्ने दुई वटा काम

हाम्रो शरिरसँगै जिब्रो पनि स्वस्थ्य हुन आवश्यक छ । जिब्रोलाई स्वास्थ्य राख्न बेला बेला सफा गरिरहनु पर्छ । नकारात्मक बोलीले पनि जिब्रोलाई असुद्ध गराउँछ । जिब्रोको दुई वटा काम छ । पहिलो स्वाद लिने, दोस्रो बोल्ने । यदि यी दुबै कामलाई आफ्नो अधिनमा लिन सकेमा मानिस स्वस्थ्य र सुखी रहन्छ । स्वादका लागि जस्तोपायो त्यस्तै खानेकुरा सेवन गर्दा रोगी हुन्छ । साथै जे पायो त्यही बोल्दा दुख वा सत्रुको सामना गर्नुपर्छ । यी दुबैमा नियन्त्रण गर्नुपर्छ ।

अक्सर के हुन्छ भने हामी स्वादिष्ठ खानेकुरामा लोभिन्छौ र जिब्रोको निर्देशन मानेर जे पनि खान्छौ । कति मान्छे त दिनहुँ समोसा, पकौडा, चाट, तारेको खानेकुरा सेवन गर्छन् । पिरो, अमिलो वा मसेलदार खानामा लोभिन्छन् । उनीहरू जिब्रोलाई महत्व दिन्छन् । यसले स्वास्थ्यलाई खराब गर्छ ।

यसैले खानुअघि बुद्धिको प्रयोग गर्नुपर्छ । खाना अगाडि आएपछि यो सोचौं कि, उक्त खाना शरीरमा गएपछि त्यसले असर त गर्दैन ?

व्यक्ति प्रकृतिसँग जति नजिक हुन्छ, उतिनै बढी स्वस्थ हुन्छ । अहिले रोगको कारण नै मानिसहरू प्रकृतिबाट टाढा हुनु हो । फलस्वरूप प्रकृतिबाट मिल्ने स्वभाविक उर्जा शरीरले पाएको छैन । जबकी सम्पूर्ण प्रकृति हामीलाई स्वस्थ्य बनाइराख्नका लागि प्रयासरत हुन्छ । त्यसैले प्राकृतिक खाद्य पदार्थ जस्तो कि, अन्न, फल आदिमा धेरै निर्भर हुनुपर्छ ।

ऋतु अनुसार मिल्ने सब्जी, फल स्वास्थ्यमैत्री हुन्छ । जबकी कोल्ड स्टोरमा राखिएको खानेकुरामा पोषक तत्व हुँदैन ।

खानपान र जीवनशैली

स्वस्थ रहने हो भने कस्तो हुनुपर्छ खानपान ?

आरोग्य, अर्थात रोगमुक्त हुनु । स्वस्थ्य रहनु शरीरको स्वभाविक अवस्था हो । रोग, विकार, कष्ट, दुख वा दुर्बलता अस्वभाविक अवस्था हो । प्रकृति व्यवस्थाको उल्लंघनको कारण यस्तो हुन्छ । जो व्यक्ति प्राकृतिक जीवन होइन, कृतिम वा भौतिक जीवनमा डुब्छन्, उनीहरू स्वास्थ्यप्रति लापरवाही हुन्छन् । यसको कारण शरीरमा रोग लाग्छ । यसमा खानपानको गडबडी एक ठूलो कारण हो ।

खानपानसम्बन्धी यी कुरा बुझ्नैपर्छ

१. खाना अर्थात आहार त्यही हो, जसबाट शरीरलाई आवश्यक सबै पोषण तत्व प्राप्त हुन्छ ।
२. खाना मिठो र सुपाच्य हुनुपर्छ ।
३. खानेकुराले शरीरलाई उर्जा प्रदान गर्छ । निरोगी बनाउँछ ।
४. खाना बिस्तारै चपाएर खानुपर्छ, जसले गर्दा खानेकुरामा रहेको पोषक तत्व शरीरले राम्ररी लिन्छ ।
५. प्रकृतिसँग जति नजिक हुन्छौ, उत्तिनै हामी निरोगी हुन्छौ । ऋतु अनुसार पाइने सागसब्जी, अन्न, फलफूल, कन्दमुल खानुपर्छ ।
६. जतिसुकै भोक लागेपनि तीन भागको एक भाग पेट खाली राख्नुपर्छ, जसमा वायु रहन्छ । यसले पाचन प्रणालीलाई सहज बनाइदिन्छ ।

आहार, निन्द्रा वा ब्रम्हाचर्य

यो मानव जीवनको तीन आधार स्तम्भ हो । यसमा आहार एक महत्वपूर्ण स्तम्भ हो । आहार के हो ?

यसको बयान गर्दै महषिर् चरकले भनेका छन्, 'अन्न(नलीद्वारा जुन पदार्थ आमाशयमा पुग्छ । र, त्यो हाम्रो शरीरमा धातुको पोषण, रक्षण र क्षतिपूर्ति गरेर जीवन(प्रक्रियालाई संयमित राख्छ । त्यही आहार हो ।'

अर्थात आवश्यक पोषण तत्व परिपूर्ति गरेर शरीरको कार्य-सम्पादन गर्नमा सघाउ पुऱ्याउने नै आहार हो । यसले शरीरलाई उर्जा प्रदान गर्छ ।

आर्युवेदमा भनिएको छ कि, शरीरको निर्माण पोषणयुक्त आहारबाट हुन्छ । अर्थात पोषणले युक्त । अयुक्त आहारले शरीरमा रोग उत्पन्न गर्छ ।

युक्त आहार असलमा मिताहार नै हो । देश, काल, ऋतु, मात्रा, शारीरिक बनावट र मानसिक वृत्तिको ध्यानमा राखेर युक्तिपूर्वक आहार ग्रहण गर्नुपर्छ । यसले शरीरको दोष, अग्नि र धातुलाई समान अवस्थामा राख्छ । मल निष्कासनको प्रक्रिया ठीक प्रकारले हुन्छ । साथै मन वा इन्द्रिय प्रशन्न रहन्छ ।

प्रेरक भनाईहरू

१) हावाको चाप जती बढी हुन्छ उतीनै चंगा माथी उड्न सक्छ ।
२) हामी अव्यक्त शब्दका मालिक हौं तर ति शब्दहरूको नोकर जुन हाम्रो जिब्रोबाट चिप्लिएका थिए ।
३) राजनीति कुनै खेल होइन, यो त कमाइ हुने व्यापार हो ।
४) इतिहास सधै विजेताहरूबाट लेखिएको हुन्छ ।
७४) एक्लो रूख यदि पूर्णरूपमा उम्रन्छ भने बलियो भएर उम्रन्छ ।
५) मैले यो जाने की साहस भनेको नडराउनु मात्र रहेनछ बल्की डर माथी विजय पाउनु रहेछ । बहादुरत्यो होइन जो डराउदैन, बहादुर त त्यो हो जो डरको बाबजुद अघी बढ्दछ ।
६) एउटा ठूलो पहाड चढेपछी बल्ल थाहा हुन्छ कि चढ्नका लागि अझ थुप्रै पहाडहरु बाँकी छन् ।
७) जबसम्म काम समाप्त हुदैन तबसम्म त्यो असंभव लाग्दछ ।
८) शिक्षा एउटा त्यस्तो सशक्त हतियार हो जसले विश्व बदल्न सक्दछ ।
९) मानिसको सौभाग्य भनेको थोरै भए पनि आफ्नो योजनामा बाँच्न जुर्नु हो ।
१०) सत्यको अन्वेषण सर्वोत्कृष्ट आनन्द हो । म त्यसैको खोजीमा छु ।

विश्व प्रसिद्ध व्यक्ति/व्यक्तित्व

मोहम्मद अली

◆ सुमित्रा सिंह

अमेरिका : विश्व च्याम्पियन मुक्केबाज
जन्म : सन् १९४२

विश्व मुक्केबाजी (बक्सिंग) को इतिहासमा मोहम्मद अलीको नाम सर्वाधिक चर्चित रहेको छ । उनलाई २० औं शताब्दीका सबैभन्दा विवादास्पद खेलाडी मानिन्छ । उनी १८ वर्षको उमेरमा राष्ट्रिय च्याम्पियनशीप जितेर १९६० को रोम ओलम्पिकमा स्वर्ण पदक विजेता भए। २५ फेब्रुअरी १९६५ मा उनले सनी लिस्टनलाई हराएर विश्व-विजेताको उपाधि जिते । २२ नोभेम्बर १९६५ रूरू ˆ लायड पेटर्सन जस्ता दिग्गज खेलाडीलाई हराए। बुगनर एवं जो फ्रेजियरमैन उनको सामना निकै रोमाञ्चक भयो ।

३० अक्टोबर, १९७४ मा मोहम्मद अलीले जर्ज फोरमेन एवं १५ सेप्टेम्बर, पशु मा लियोन स्पिङ्वरालाई हराए। विश्व-विजेता भएको कारणले उनले आफूलाई महानतम व्यक्ति मानिरहे। अलीले रामय-समयमा राजनीतिसँग जोडिएका कार्यहरु पनि गरे । अली आफ्ना गतिविधिहरूको कारणले संसारमा बहुचर्चित बनिरहे ।

मोहम्मद अलीको जन्म १७ फेब्रुअरी, १९४२ मा केन्द्रकीको एक निग्रो परिवारमा भएको थियो। बाल्यकालदेखि नै उनी निकै स्वस्थ एवं शक्तिशाली थिए । उनको वास्तविक नाम केसियस क्ले थियो, तर उनले आमा-बाबुले राखेको नाम परिवर्तन गरेर मोहम्मद अलीको रूपमा धर्म-परिवर्तन गरे र उनी मुसलमान बने । प्रारम्भमा मानिसहरु उनलाई घृणाको दृष्टिले हेर्दथे, तर अहिले उनी एक लोकप्रिय व्यक्ति बनिसकेका छन्। केही समय पहिले उनी आफ्नी पत्नी भेरोनिकासँग भारत पनि आएका थिए । सन् १९८१ सम्ममा ६१ बक्सिङ प्रतिष्पर्धाहरूले गर्दा उनले अपार धनराशि कमाए । अनुमान छ कि उनले लगभग ७० लाख डलर बक्सिङ प्रतिस्पर्धाहरूमा पुरस्कारस्वरूप जिते ।

मोहम्मद अलीलाई लिएर एक चर्चित फिल्म 'द ग्रेटेस्ट' बनाइएको थियो । भारतका सुप्रसिद्ध फिल्म-निर्माता-निर्देशक प्रकाश मेहराले वर्तमान सुपर स्टार अभिनेता बच्चनको साथमा अलीलाई लिएर एक फिल्म बनाउने इच्छा प्रकट गरेका थिए, तर अलीले उक्त प्रस्ताव अस्वीकार गरे। अहिले अलीलाई दुई पटक हेभीवेट बक्सिङको च्याम्पियन बन्ने गौरव प्राप्त छ, तर जो फ्रेजियर एवं केन नार्टनले पालै पालो उनको मानमर्दन गरे । तथापि मोहम्मद अली कुनै आश्चर्यभन्दा कम छैनन् ।

व्यवसायीहरूलाई प्रविधिको प्रशिक्षण

भद्रपुर/ झापाका उद्योगी-व्यवसायीहरूलाई कृत्रिम बुद्धिमत्ता (एआई) प्रविधिको प्रयोग, सम्भावना र उपयोगिता बारे प्रशिक्षण प्रदान गएिको छ ।

झापा उद्योग संघको आयोजनामा भएको 'ट्रान्सफर्मिङ इन्डस्ट्रियल म्यानेजमेन्ट थ्रु एआई' विषयक प्रशिक्षणमा संघमा आवद्ध उद्योगी-व्यवसायी तथा विभिन्न औद्योगिक-व्यावसायिक प्रतिष्ठानका प्रतिनिधिहरूको सहभागिता रहेको थियो । कार्यक्रममा एआई प्रविधिको प्रयोगमार्फत उद्योग सञ्चालनलाई सहज, प्रभावकारी र आधुनिक बनाउन सकिने विषयमा अग्रज सञ्चारकर्मी पत्रकार उमाकान्त खनालले सहजीकरण गरेका थिए ।

संघका अध्यक्ष शिवकुमार गुप्ताको अध्यक्षतामा आयोजित कार्यक्रममा उद्योग तथा व्यवसाय सञ्चालनमा एआई प्रविधिको प्रयोग, व्यवस्थापन प्रणालीको सुधार तथा डिजिटल प्रविधिबाट उत्पादनशीलता बृद्धि गर्ने विषयमा जानकारी गराइएको थियो ।

उद्योगी-व्यवसायीलाई एआईलगायत आधुनिक प्रविधिबारे जानकारी गराई त्यसको व्यावहारिक प्रयोगतर्फ प्रोत्साहित गर्ने उद्देश्यले कार्यक्रम आयोजना गरिएको संघका निवर्तमान अध्यक्ष यमबहादुर श्रेष्ठले जानकारी दिए ।

मनोरञ्जन

"छ माया छपक्कै २" को फष्टलुक्स सार्वजनिक

दमक/ ब्लकबस्टर फिल्म निरन्तर दिँदै आएको दीपक दीपाश्री टिमको 'छ माया छपक्कै २' असोज ३१ गतेबाट प्रदर्शनमा आउने भएको छ । निर्माण युनिटले फिल्मको फष्टलुक पोष्टर सार्वजनिक गर्दै फिल्मको प्रदर्शन मिति अनधिकारिक रूपमा सार्वजनिक गरेको हो ।

फिल्मको फष्टलुक्समा दिपकराज गिरी, केकी अधिकारी, सनिशा भट्टराई देखिएका छन् । फिल्म दीपेन्द्र लामाले निर्देशन गरेका हुन् ।

दीपकराज गिरी र केकी अधिकारीको जोडीले अघिल्लो भागमा जस्तै यसपटक पनि 'छ माया छपक्कै २'मा सामाजिक(राजनीतिक विकृतिमाथि हास्यव्यङ्ग्य पस्कनेछन् । दीपक(दीपाको ब्रान्ड र अघिल्लो भागको साखले गर्दा यो फिल्मलाई बक्सअफिसमा सुरक्षित मानिएको छ ।

आज मिति
२०८३ साल
असोज ४ गते
आइतबार
20 Sept. 2026
तिथि: नवमी

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	कार्यमा सफल । धर्ममा रूचि ।
वृष	इ उ ए ओ वा वि वु वे वो	मनमा उदासिन । सामान्य लाभ ।
मिथुन	का कि कु घ ङ छ के को हा	व्यापारबाट लाभ । जीवन साथीको सहयोग ।
कर्कट	हि हु हे हो डा डि डु डे डो	हिम्मतले धन कमाउने । शत्रु परास्त ।
सिंह	मा मि मु मे मो टा टि टु टे	शिक्षामा सफल । सन्तानको प्रगति ।
कन्या	टो प पी पँ ष ण ठ पे पो	प्रयोग हुने सामान जोडिने । माताबाट सहयोग ।
तुला	रा री रु रे रो ता ती तु ते	पराक्रम बढ्ने । लेखन कलामा सफलता ।
वृश्चिक	तो ना नि नँ ने नो या यि यु	आफन्तबाट सहयोग । सामान्य धन लाभ ।
धनु	य यो भा भी भ धा फा ढ भे	आफन्तसँग भेटघाट । कार्यमा सफलता ।
मकर	भो जा जी खि खू खे खो गा गी	खर्च बढ्ने । आयमा कमी ।
कुम्भ	गँ गे गो सा सी सँ से सो द	काका, दाजुको सहयोग । आयमा बृद्धि ।
मीन	दि दु थ झ ञ दे दो चा ची	रोजगारीको अवसर । पिताजीबाट सहयोग ।

दमकमा रचना वाचनको ६६ औं श्रृंखला

दमक/ साहित्यिक कार्यक्रमहरु सञ्चालन गर्दै आएको साहित्य कला संगम दमकले एक कार्यक्रमका बिच सिर्जनशिल रचना वाचनको ६६ औं श्रृंखला भव्यताका साथ सम्पन्न गरेको छ ।

साहित्य कला संगम दमकका अध्यक्ष बिन्दु दहाल मुकदर्शक को अध्यक्षतामा र साहित्य कला संगमका पूर्वअध्यक्ष साहित्यकार नरपति पाण्डेको प्रमुख आतिथ्यतामा भएको उक्त कार्यक्रममा साहित्य समाज भुटानका अध्यक्ष तिलक राई, उपाध्यक्ष दिल भुटानी, प्रतिभा निकेतनका अध्यक्ष कमलराज भट्टराई, साहित्य कला संगम लेखा समिति संयोजक गीता कुवर लगायतको बिशिष्ठ आतिथ्यता रहेको थियो ।

कार्यक्रममा सबै स्रष्टाहरुबाट सिर्जनशिल रचना वाचन गरिएको थियो । रचना वाचन गर्ने साहित्यकारहरुमा साहित्यकला संगमका उपाध्यक्षहरु यादवप्रसाद अधिकारी झाक्रिखोले र दुर्गा खनाल काफ्ले, महासचिव ओमप्रसाद खनाल, सचिव बिरेन्द्र खड्का, सह सचिव मेघनाथ बन्धु, कोषाध्यक्ष नेत्रप्रसाद अधिकारी, सष्टाहरु किशोर खनाल, खड्ग बहादुर खड्का, यादवप्रसाद नेपाल, हरि पराजुली, गोपाल दहाल, अम्बिकाप्रसाद सापकोटा, पदमप्रसाद ओली, त्रिलोचन रेग्मी, त्रिलोचन उप्रेती, भुमिका चापागाई, शान्तप्रसाद भट्टराई, लगायतको उपशिथति थियो ।

साहित्य कला संगमका उपाध्यक्ष यादवप्रसाद अधिकारी झाक्रिखोलेले स्वागत मन्तव्य राखेको उक्त कार्यक्रमको सन्चालन साहित्य कला संगमका महासचिव ओमप्रसाद खनालले गरेका थिए । कार्यक्रममा पहिलो पटक आउने स्रष्टाहरु तिलक राई र दिल भुटानीलाई खादा ओडाएर सम्मान समेत गरिएको थियो ।

संविधान... आयोजना गरेको कार्यक्रममा प्रधानमन्त्री वालेन्द्र शाहले संविधानको अक्षर र भावना दुवैप्रति सरकार पूर्ण प्रतिबद्ध रहेको बताएका छन् । उनले भने(शहीदका रगतले लेखिएको संविधान, हामी कामले पूरा गर्छौं भने ।

'संविधानप्रतिको निष्ठा र यसको पालनामा हामी पूर्ण प्रतिबद्ध छौं, म यो बाचा आज फेरि दोहोऱ्याउँछु । संविधान जारी भएको दिन हरेक वर्ष आउँछ तर संविधान पूरा हुने दिन हामीले आफैं ल्याउनुपर्छ, हरेक इमानदार निर्णयबाट, हरेक पारदर्शी नियुक्तिबाट, नागरिकको घरदैलोमा पुग्ने हरेक सेवाबाट ।'

जनताले सुशासन, विकास, समृद्धि र सामाजिक न्याय मागेका बताउँदै उनले सरकारको हरेक कदम त्यही आकांक्षातर्फ केन्द्रित रहेको र रहने प्रतिबद्धता व्यक्त गरे ।

प्रधानमन्त्री शाहले प्रतिस्पर्धात्मक बहुदलीय लोकतन्त्र, मानव अधिकार र कानूनी राज्य हाम्रा लागि सर्तहरू नभइ हाम्रो राष्ट्रिय जीवनको आधार भएका बताए ।

प्रधानमन्त्री शाहले भने, “यो सुरुवात हो, अन्त्य होइन । भ्रष्टाचार र दण्डहीनताको जरो गहिरो छ । तर त्यो जरो उखेल्ने हातहरू अब झन् बलिया छन्, झन् धेरै छन् । विकासका लागि सुशासन अनिवार्य पूर्वशर्त हो भन्ने कुरामा सरकार सचेत छ ।”

वर्तमान सरकारले सुशासन कायम गर्न प्रशासनिक संरचनाको उपयुक्त आकार निर्धारण, भ्रष्टाचारविरूद्ध शून्य सहनशीलता, प्रशासन यन्त्रमा राजनीतिक तटस्थता र सरकारी एवं सार्वजनिक पदमा योग्यतामा आधारित नियुक्ति प्रक्रिया अवलम्बन गरेको उनको भनाइ थियो ।

'सुशासन नारा होइन, काम हो, हामी काम गरिरहेका छौ । संघ, प्रदेश र स्थानीय तहबीच सहकारिता, सहअस्तित्व र समन्वयका आधारमा राष्ट्र विकासको साझा उद्देश्य प्राप्त गर्न संघीय सरकार प्रतिबद्ध छ', उनले भने ।

प्रधानमन्त्री शाहले आफूहरू पुरानै बाटो मात्र नहिँड्ने उल्लेख गर्दै कृत्रिम बुद्धिमता, डिजिटल प्रविधि र साइबर सुरक्षालाई सँगै लिएर, नवप्रवर्तन र नवउद्यमीलाई अगाडि राखेर, ज्ञानमा आधारित अर्थतन्त्र निर्माण गरिने बताए ।

डिजिटल सुशासन कार्ययोजनाअनुसारको राष्ट्रिय डिजिटल पूर्वाधार त्यसैको जग भएको उल्लेख गर्दै प्रधानमन्त्रीले युवाले सडकमा मागेको सुशासन प्रविधिबाट पनि सुनिश्चित गरिने प्रतिबद्धता जनाए ।

प्रधानमन्त्री शाहले भोटेकोशी बाढीबाट भएको क्षति हाम्रा लागि अकल्पनीय र अपुरणीय भएको आजको यस विशेष घडीमा विपद् व्यवस्थापन एवं उद्धारमा सहयोग गरेका सबै मित्रराष्ट्र, अन्तरराष्ट्रिय समुदाय एवं संघसंस्था, निजी क्षेत्र, राष्ट्रसेवक कर्मचारी, आम नागरिक तथा देशवासीप्रति आभार प्रकट गरे ।

यसैविच सञ्चारकर्मीसँग कुरा गर्दै पूर्वप्रधानमन्त्री एवं तत्कालीन संवैधानिक समितिका सभापति डा. बाबुराम भट्टराईले संविधानसभाबाट संविधान बनाउने कुरा नितान्त भिन्न प्रकृतिको ऐतिहासिक परिघटना भएको बताए ।

उनले भने(कि त ठूलो क्रान्तिपछि राज्य संविधानसभाबाट यो बन्छ, कि त उपनिवेशबाट मुक्त भएपछि स्वतन्त्र राज्यले संविधान बनाउँछन् । संविधानसभाबाट संविधान बनाउने भनेको लोकतन्त्रलाई पूर्णता दिने भन्ने अर्थ हो । हामी कहाँ २००७ साल आसपासदेखि संविधानसभाबाट संविधान बनाउने कुराहरु त उठे तर २०१४ सालमा राजा महेन्द्रले झुक्याएर आफैंले संविधान बनाएर मान्छेलाई भुलाए ।

मोडल.. लेखा समिति संयोजक चुडामणि ओझा, प्रदेश सहकारी संघ कोशी प्रदेशका लेखा समिति संयोजक खोमप्रसाद बगाले, दमक उद्योग वाणिज्य संघका अध्यक्ष गोपाल गुरागाई तथा लेखा समिति संयोजक भेनस श्रेष्ठलगायतको आतिथ्यता रहेको थियो ।

कार्यक्रममा कोषाध्यक्ष कुशदेवी लामिछानेले स्वागत मन्तव्य राखेकी थिइन् भने सञ्चालन सचिव दीपकप्रसाद बरालले गरेका थिए ।

कार्यक्रममा उत्कृष्ट कारोबार गर्ने ११ जना र २ दर्जन बढी ज्येष्ठ नागरिकलाई सम्मान गरिएको थियो ।

साधारणसभामा आर्थिक वर्ष २०८२/०८३ को कारोबारको समीक्षा तथा आगामी आर्थिक वर्षका लागि लक्ष्य प्रस्तुत गरिएको थियो । संस्थाका अनुसार चालु आर्थिक वर्षको अन्त्यसम्म सदस्य संख्या ९४५ पुगेको छ । आगामी वर्ष सदस्य संख्या १ हजार ५० पुऱ्याउने लक्ष्य लिइएको छ । त्यसका लागि घरदैलो भेटघाट तथा सहकारी शिक्षासम्बन्धी कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने योजना रहेको छ ।

संस्थाको शेयर पुँजी चालु आर्थिक वर्षमा ९१ लाख ४० हजार ६ सय रुपैयाँ रहेको जनाइएको छ । आगामी वर्ष शेयर पुँजी १ करोड ५० लाख रुपैयाँ पुऱ्याउने लक्ष्य राखिएको छ ।

त्यस्तै, संस्थाको कुल निक्षेप मौज्दात ५ करोड २८ लाख २१ हजार ६ सय ७६ रुपैयाँ ५९ पैसा रहेको छ । आगामी वर्ष निक्षेपलाई बढाएर ६ करोड रुपैयाँभन्दा बढी पुऱ्याउने लक्ष्य लिइएको छ ।

कर्जा लगानीतर्फ आर्थिक वर्ष २०८२/०८३ को अन्त्यसम्म ६ करोड ८ लाख ९५ हजार १ सय १२ रुपैयाँ ३ पैसा पुगेको संस्थाले जनाएको छ । आगामी आर्थिक वर्षमा कर्जा लगानी ७ करोड ५० लाख रुपैयाँ पुऱ्याउने लक्ष्य राखिएको छ ।

दमक.... कक्षा १२ मा उत्कृष्ट नतिजा ल्याउने विद्यार्थीलाई सम्मान तथा पुरस्कृत गरिएको थियो ।

चालु आर्थिक वर्षदेखि पहिलोपटक बढीमा २५ लाख, पहिलो कर्जा नियमित भुक्तानी गरेपछि दोस्रोपटक ३५ लाख र पहिलो तथा दोस्रो कर्जा नियमित भुक्तानी भएमा अधिकतम ५० लाख रुपैयाँसम्म कर्जा लगानी गर्ने, एकै परिवारका जतिसुकै शेयर सदस्य भए पनि परिवारभित्र कुल ५० लाख रुपैयाँसम्म मात्र कर्जा लगानी गर्ने व्यवस्था गरिएको छ ।

संस्थाले चालु आर्थिक वर्षका लागि कर्जाको ब्याजदर न्यूनतम ७ प्रतिशतदेखि अधिकतम १२ प्रतिशतसम्म कायम गरेको जनाएको छ । कर्जाको शीर्षक, किस्ता भुक्तानी तथा संस्थाको कोष र वित्तीय बजारको अवस्थाका आधारमा ब्याजदर समायोजन गर्न सञ्चालक समितिलाई अधिकार दिने निर्णय गरेको छ ।

२०८३ असार मसान्तसम्म संस्थाको शेयर पुँजी ७ करोड ७६ लाख ६० हजार रुपैयाँ, जगेडा कोष ४ करोड ८९ लाख ९७ हजार ४१८ रुपैयाँ, कुल बचत २६ करोड २ लाख ३२ हजार ७६३ रुपैयाँ र कर्जा लगानी २१ करोड ७७ लाख १३ हजार ७७२ रुपैयाँ रहेको छ । कुल सम्पत्ति ४० करोड ३१ लाख ७६ हजार ४४१ रुपैयाँ र संस्थामा ५९६ शेयर सदस्य रहेको व्यहोरा संस्थाका व्यवस्थापक घनेन्द्र भट्टराईले जानकारी गराए ।

अन्तर्राष्ट्रिय

यमनमा साउदी हवाई आक्रमण तीव्र

एजेन्सी/ यमनमा हुथी विद्रोही र साउदी नेतृत्वको गठबन्धनबीचको तनाव चर्किँदै गएको छ । हुथी समूहका सैन्य प्रवक्ता याह्या सारियाका अनुसार पछिल्लो २४ घण्टामा साउदी लडाकु विमानले दक्षिणपश्चिमी ताइज प्रान्तमा २६ पटक हवाई आक्रमण गरेका छन् ।

सारियाका अनुसार यसै साता यमनका नौ प्रान्तमा गरी करिब ३०० पटक हवाई आक्रमण भएको छ । यद्यपि, साउदी अधिकारीहरूले हुथी प्रवक्ताले लगाएको आरोपबारे तत्काल कुनै प्रतिक्रिया दिएका छैनन् ।

यसैबीच, बाब अल(मन्देब जलडमरूनजिकै पर्ने लाहिजको कहबुब पर्वतीय क्षेत्रमा भीषण स्थल संघर्ष भएको बताइएको छ । ताइज र मारिब क्षेत्रमा पनि हुथी समूह र गठबन्धन समर्थित पक्षबीच झडप जारी रहेको जनाइएको छ ।

हुथी समूहले लाल सागरको दक्षिणपश्चिमी तटीय क्षेत्रमा आफ्नो प्रभाव विस्तार गरेपछि यमनमा हिंसा थप बढेको बताइएको छ ।

यमनमा सन् २०१४ मा हुथी विद्रोहीहरूले राजधानी साना नियन्त्रणमा लिएपछि द्वन्द्व सुरु भएको थियो । त्यसपछि साउदी नेतृत्वको गठबन्धनले यमन सरकारको समर्थनमा हुथीविरुद्ध सैन्य कारबाही गर्दै आएको छ ।

त्रिशूली-१ जलविद्युत् आयोजनाबाट थप ११ जनाको शव फेला

दमक/ गत भदौ १० गते रसुवाको भोटेकोसीमा आएको विनाशकारी बाढीका कारण माथिल्लो त्रिशूली-१ जलविद्युत् आयोजनाका सम्पर्कविहीन व्यक्तिहरूको खोजीका क्रममा ११ वटा शव फेला परेका छन् ।

आयोजनाका प्रतिनिधिसहितको संयुक्त उद्धार टोलीले खोजी गर्ने क्रममा अडिट(३ टनेलको जालीभित्र अल्झिएको तथा हिलोमा दबिएको अवस्थामा शवहरू फेला पारेको हो । फेला परेका ११ वटै शवलाई सनिवार २०८३ आश्विन ३ गते उद्धार गरी बाहिर निकालिएको जनाइएको छ । घटनापछि सम्पर्कविहीन अन्य व्यक्तिहरूको खोजी कार्य भने जारी रहेको छ ।

बृद्धभत्ताको रकमबाट मन्दिरलाई कुर्सी प्रदान

दमक/ आफ्नो वृद्धभत्ताबाट प्राप्त रकम बचत गरी झापाको बाह्रदशी गाउँपालिका-७ डाँगीबारीका ९० वर्षीय वृद्ध रंगलाल राजवंशीले मन्दिरलाई कुर्सी प्रदान गरेका छन् ।

वृद्ध राजवंशीले आफ्नी स्वर्गीय श्रीमती राजकुमारी राजवंशीको सम्झनामा डाँगीबारी बजारमा रहेको दुर्गा मन्दिरका लागि करिब ६५ हजार रुपैयाँ बराबरका स्टिलका कुर्सी प्रदान गरेका हुन् । विश्वकर्मा पूजाको अवसर पारेर आयोजित एक कार्यक्रमका बीच राजवंशीले डाँगीबारी दुर्गा मन्दिर व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष टोमलाल राजवंशीलाई कुर्सी हस्तान्तरण गरेका थिए ।

कुर्सी हस्तान्तरण कार्यक्रममा दाता राजवंशीलाई खादा ओढाएर सम्मान गरिएको थियो । कार्यक्रममा बोल्दै मन्दिर व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष टोमलाल राजवंशीले वृद्ध अवस्थामा समेत आफ्नो वृद्धभत्ताको रकम बचत गरी मन्दिरलाई सहयोग गरेकोमा रंगलाल राजवंशीप्रति आभार व्यक्त गरे ।

'रोनाल्डो' मृत फेला

चितवन/ राष्ट्रिय निकुञ्जको चर्चित जंगली भाले हात्ती 'रोनाल्डो' मृत अवस्थामा फेला परेको छ । निकुञ्जको विषहजारी पोस्टनजिकै बीसहजारी ताल तथा कुमाल ताल क्षेत्रमा शनिबार बिहान रोनाल्डो मृत भेटिएको हो ।

चितवन राष्ट्रिय निकुञ्जका संरक्षण अधिकृत तथा सूचना अधिकारी अविनाश थापामगरले जंगली भाले हात्ती मृत फेला परेको जानकारी प्राप्त भएको बताए । उनका अनुसार हात्तीको मृत्यु के कारणले भएको हो भन्ने एकिन भइसकेको छैन ।

रोनाल्डो चितवन राष्ट्रिय निकुञ्जमा लामो समयदेखि परिचित जंगली भाले हात्ती हो । रोनाल्डो चितवन राष्ट्रिय निकुञ्जको हात्ती प्रजनन केन्द्रमा वंश विस्तारका दृष्टिले महत्वपूर्ण जंगली भाले हात्ती मानिन्थ्यो । निकुञ्जको विवरणअनुसार २०८३ असारसम्म खोरसोरस्थित हात्ती प्रजनन केन्द्रमा जन्मिएका ६९ छावामध्ये ३८ वटा रोनाल्डोकै सन्तान हुन् । करिब ५३ वर्ष उमेरको रोनाल्डोको धार्मिक विधिअनुसार अन्त्येष्टि गरिएको छ ।

मौसमी हाँस्य - व्यंग्य

अरुलाई बेवकुफ ठान्ने "अर्को बखाने" हरिराम थपिएर हैरान यार !

-: व्यंग्यनारान पाँडे :-

"तपइँले इँ'लिस लेन्गोएजको भाषा कति पढ्या होउ कोनि, तो त मलाई मालम छैन रै भा पनि एक्दोडा इँ'लिस सभ्धको मेनिङ त बुच्छौ नि ! कुरोको टपिक के छ भन्लाऊ भने- यो अङरेजीको इँ'लिसका धेरैपऐ चइँ होइन कतिपए सभ्ध ड्यान्जरै बल्या छन् क्या पाँडेजी, बुज्यौ त ? ती कतिपएमद्दे एउडा चइँ इँ'लिस् सभ्धले हामेरको नेपाली सभ्धमा मिस्कट भइकिन पनि हामेरको सम्बिदानमै स्याँठ्ठ सन्मान पाको पनि छ, बुज्यौ त ? तो सबभन्दा इनपोरट्यान ओड माने सभ्ध चइँ 'गन्' हो । अङरेजीको इँ'लिसका तिन्टा अछेरहेरू 'जी' अनि 'इउ' अनि 'यान' जोर्दा 'गन्' सभ्ध बन्छ र 'गन्' सभ्धलाई नेपालीमा टाँचलेसन गर्दा 'बन्दुक' हुन्छ भन्ने त तपइँलाई किल्लेरै होला नि ? तेइ 'गन्झ सभ्धमा हामेरको मउलिक सभ्ध 'तन्त्र' एकजइन् गरेर 'गनतन्त्र' सभ्ध बनेको हो । अब तपइँ नै भन त - हो तेसरी 'गनतन्त्र' नबनेको थ्यो भने र तेसको सपोट नहुन्थ्यो भने त हामेरको हालको लो'तान्त्रिक रा'नइतिक खेला उसै ट्याममा ढुस् पो हुन्थ्यो क्यार नि ?" - तिखो-तिखो भएर यसो भन्दै पाँडेकहाँ आएको हरिरामले थप्तै भन्यो -"लु हेर त, यो पर्जातन्त्र-लो'तन्त्र ल्याम्न गँडेसमानजी, किसुनजी, मन्मोनजी, गिर्जाऊ, किस्न सिटउला, मेरा मामलीका हजुरबाऊ, गैरीघरे साइँलाउ -ती क्या त भूर्तेल खर्दार बाझे -हो ती, र मैले भगिगरथभन्दा नि ठूउलो पर्एत्न गरेको हिस्टोरी छ । तो त तपइँले आफै कुन चइँ हिस्टोरीको पोस्तकको कति लम्बर पानामा छ खोजेर पढ्दा नि भाकै छ ! जान्न चा'नेले तेति नाथे टडाई त गर्नुपर्छ नि आफैले पनि । र, अनित्याँड यो 'गनतन्त्र' सभ्ध पनि, अगि मैले नाम लिएका आट जानाको मिल्तीबड, हामेरले नै बना'का हम् क्या । तो सभ्ध बनाएसि अनि हामेरले राजाको उत्ति बल्यो हामेरको कुलबम्सदेखुन्कै नेपाली अर्जिनिल सामस्किर्तिक प्रम्प्राको रा'तन्त्र पर्लक्कै पल्टाउन कति इज्जिलो भ'को थ्यो भन्ने तपइँ सोएम् नै देखी-जान्ने साच्छी छइँछौ केरे ! किन भनेर भन्लाऊ भने - तेस ट्याममा तपइँ साना थेनौ, जुँगा-दारी कालै-कालै र झ्याप्पै पलाइसकेको थ्यो, मेरो अन्नेजमा ।"

उसका पाङदुरे-लम्फु कुरा सुनेर कोनि केजाति पनि चरक्क चर्कियो र मुखमा हुलुक्क अमिलो पानी आउला झैं भयो पाँडेको र ततर्किँदै भन्यो -"हन तिमी बौलायौ कि क्याहो हौ हरिराम बाजे ?... 'गलगलेमा रेल कराउन थालेको वर्षौं भयो । इण्डिया स्वतन्त्र भ'को पनि एकासी वर्ष भयो । भद्रपुर बजारका बाटाहरू एक झर्को पानी पर्नासाथ हिलाम्मे हुने रोग पनि निको नै भाको छैन । पोहोर-परार केपी ओली प्रधानमन्त्री थिए... भने लु भन त मेरा बाऊको उमेर कति भयो होला ?'- भने जस्तो के-के फतर-फतर बोलेको हँ ? के-के बोलेको ? कानले सुन्दा आँखा फुला पर्ला जस्तो !"

भर्खर ब्याएको बूढी बाखीले घाँस भरिएको मुखले पाठा बोलाए जस्तो अरबखे स्वर कोरलेर एक च्याप्टर हाँस्यो ऊ र लामो सास तानेर फ्याँकेपछि भन्यो -" हत्तेरिका तपइँ त मेरा कुरा सिरेसली भ'र सुनौला भन्या त झर्क्यौ पो ! म के भन्दैछु सुन्न त सुन । कस्तो आफ्ना घरमा आको पँडितका कुरा कम्प्लेट पनि नभई झर्को मानेर अन्सिबिलाइजहीन जैसो अपमान गरेको ? म, जे भा पनि कउमोधी व्याकर्ण पास मान्छे हुइँन त अन्तखेरी ? सभ्ध बनाउने फरमुला मुला त के, घर्तरुल नै पनि डोकाडोकै पो छन् त मसित ।....लु सुन- अनित्याँड, यो 'गनतन्त्र' सभ्ध नबन्थ्यो भने र लो'तन्त्रको सम्विदानमा ठ्याप्पसँगले नछापिन्थ्यो भने पाटी-पाटीका लाउरेहर्लाई तेइ हामेरको निजा पुर्खादेखिन्को सिरि पान माराज्धिराज सर्खार मउसुपको, अैले हामेरका 'बा मउसुप'-को भन्दा तघडा, हुकुममा निगुरमुन्टिनु पर्ने जिन्दावातको राज्तन्त्रतिरका 'गन्'-हर्ले 'खप्नु न खानु'-मा पार्थेनन् होला त ? अजै, उसबेला हामेरका 'पर्चन्न'-लाई नयाँ दुला'लाई ससुरालीमा राखे झैं इण्डेको 'र अ' कि 'र आ' भन्ने गोप्पे फौजीले इण्डेकै मद्देपर्देसको जबलपुरको पान्तारे हुटेलमा मेजमानको हुस्की र बरण्डी उरण्डी पिलाउँदै लट्या'र-फका'र तेइँबड पठाका बम र बन्नुक कम चोटिला थे त ? ए'खेप ढ्याङ्ग पट्काउँदा एउडा मनुख्खेले चट्ट जिभ्रो टोकेर ठहरै सुइ हुने त ग्रान्टी नै थ्यो नि ! तेत्ति बिखालु पो थे त ती बम र बन्दुकहेरू ! र, तेसकारन् पनि 'पर्चन्न'-को प्राइबेट कम्पिनीवाला अर्जिनिल 'गनतन्त्र'-को स्यानु चइँ जोग्धान छ त तेस ट्यामको पर्जातान्त्रिक'-लो'तान्त्रिक नामको बेबस्तामा 'गनतन्त्र' थपेर चाइँनेकेरे यो अैलेको 'सङ्गीहे लो'तान्त्रिक गनतन्त्र' लेराउनमा ? उनले डाइरेक नेपाली सभ्ध 'बन्दुकतन्त्र' भन्दा जन्ता छिट्टै तर्छेर भाग्ने सम्बाओना र राज्तन्त्रतिराड नि डाइरेक बन्दुकै आइलाग्ने सिउरली भकाले गर्दाउँदी तेतिखेर 'गनतन्त्र' ल्याम्ने भनिया हो क्या । तर, तेसो-तेसो हुँदाहुँदै राज्तन्त्र बाहादुरीका सात लोतिखरे भइकिन पिछे हटेकाले अैले हामेरका 'बा मउसुप', सेर्बादुर देउपा, सोएम् पर्चन्न, माधौ नेप्पाल, झल्नात खँदालहर्को हुकुमी बाँकट्टेको कमाउकान्ते खेला उइलेको भन्दा नि बल्यो भाको हो त ! तपइँले कुरो किलेरसील बुजेकै रैनछौ । बुद्ने टडाइ मार न भन्या मैले ।"....

एक प्याराग्राफ गत्तिलो हाँसेपछि पाँडेले भन्यो-"ए...त्यसो भा त अंग्रेजीको 'गनझ र नेपालीको 'तन्त्रझ जोडेर पो 'गनतन्त्रझ भएको पो रहेछ त नि ? अनि सबैले 'गणतन्त्रझ पो भन्छन् त ?"

उसले सजिलै भन्यो-"आ... रामरी ब्याकर्न मिला'र सभ्ध उचाहरण गर्न सबैले काँ जान्दछन् त हउ मैले जैसो ! मैल जे भन्छु तो चइँ दिमाखमा राख्ने गर न । ... तपइँले तेस्ता अचाइँदा कुराको केरलेस गर्दै नगर्नु क्या । म जैसो बिद्वान व्याक्ति याइँ छँइछु त । मबड सिक न, अनि नजान्या कुरा जान्ने हुन्छौ क्या । ...अँ, बरु गोडा पच्चीसेक रुप्पे छन् भने दि राख न । मसित आज कन्चो पनि नभकाले तेइ भन्न आइरथें, केइ ग्यानका कुराको लगनी नगरी भन्न मुखै नलागेकाले 'गनतन्त्रझ-तिर कुरो घुरा'र रिकोइस गर्ने आँट बल्ल आयो । लु-लु हओ , तेति गुन लाऊ-लाऊ । म अस्ति-अस्ति जैसो बिस्रेको नक्कल पारेर टार्दिन एसबाजी चइँ र झर्पाइ देखाऊ भन्-र टार्दिन पनि अनि लगेको छुँइन भनेर गेजु-गुल्चे पनि गर्दिन । खुरुक्क लेरा'र लुसुक्क तिर्छु ।"...

पाँडे हरिरामको कठालो समाएर थप्पड लाउँदै धपाउने सोचेर, जुरुक्क उठेको मात्र थियो, ऊ हत्तपत्त फाल हान्दै आँगनमा उत्रियो र फटाफट भाग्यो !...र, ऊ हतार-हतार सडकतिर हान्निइरहेतिर हेर्दै पाँडेले मनमनै भन्यो -"एउटा त 'राष्ट्रिय उखान-बखाने' छँदैथ्यो, यो अर्को पनि थपिएछ ! टोलवासीलाई गलाएर तिनका पिसाबै पहेंलो पार्ने मेलो देख्तैछु यसको पनि ! खै, के पो गर्नु हौ ?"...

◆ प्रकाशक : कल्याणी दाहाल ◆ सम्पादक : गञ्ज बहादुर दाहाल ◆ लेआउट : सुरेन बस्नेत ◆ मुद्रण अमरज्योति अफसेट प्रेस, दमक-११, ◆ कार्यालय : दमक-५, एलम्बर चोक, ◆ सम्पर्क ०२३-५८०२७२