

◆ विमल लामिछाने

प्रविधिमैत्री कृषिको अनिवार्यता

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: ०२३-५७४०९

जि.प्र.का.झापा द.नं.६१। ०५७।७५८

सत्यता, स्वतन्त्रता र निष्पक्षता हाम्रो प्रतिबद्धता

दैनिक

पूर्वसन्देश

PURBA SANDESH DAILY

purbasandesh.com

पशु वधशाला र मासु जाँच सम्बन्धी सूचना

"उपभोक्तालाई स्वस्थ मासु उपलब्ध गराउने उद्देश्यले नेपाल सरकारबाट २०८३ मंसिर १ गतेदेखि काठमाण्डौं, भक्तपुर र ललितपुर जिल्लाका सबै स्थानीय तहहरुमा, २०८३ माघ १ गतेदेखि बाँकी सबै नगरपालिकाहरुमा र २०८४ साउन १ गतेदेखि देशैभरी पशु वधशाला र मासु जाँच ऐन, २०५५ लागू हुने गरी राजपत्रमा सूचना प्रकाशन भएको हुँदा ऐन कार्यान्वियनमा मासु व्यवसायी लगायत सम्पूर्ण सरोकारवालाहरुको सहयोगाका लागि हार्दिक अनुरोध छ" ।

मासु मात्र हैन, स्वस्थ मासु खोजौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

❑ वर्ष-२१ ❑ अंक - २७८ ❑ २०८३ कात्तिक २० गते शुक्रबार ❑ Friday, 6 Nov. 2026 ❑ मूल्य ७ /-

दमक खानेपानी संस्थाको प्रतिवेदन प्रस्तुत

स्वच्छ पानी वितरण गर्ने प्रतिबद्धता

पूर्वसन्देश समाचार



दमक/ दमक खानेपानी तथा सरसफाइ उपभोक्ता संस्थाको ३० औं वार्षिक साधारण सभाको तयारीबारे प्रतिवेदन सार्वजनिक भएको छ । विहिबार संस्थाको सभाहलमा साधारण सभाको तयारीबारे संस्थाका अध्यक्ष रवि न्यौपाने खत्रीले प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्दै संस्थाको प्रगतिबारे जानकारी गराएका छन् ।

प्रतिवेदनमा आर्थिक वर्ष २०८२/०८३ को प्रगति विवरण तथा आगामी वर्षका कार्यक्रमबारे जानकारी गराइएको छ । जस अनुसार उपभोक्तालाई प्रत्यक्ष राहत दिने उद्देश्यले खानेपानी महसुल दरमा भारी कटौती गर्ने निर्णय सार्वजनिक गरिएको छ भने आगामी दिनमा नगर क्षेत्रमा २४सै घण्टा शुद्ध खानेपानी उपलब्ध गराउने योजनाहरु अगाडि सारिएका छन् ।

उपभोक्ताको माग, आवश्यकता र संस्थाको आर्थिक अवस्थालाई मध्यनजर गर्दै यसअघि न्यूनतम ८ युनिटसम्मको ५० रूपैयाँ रहेको महसुललाई घटाएर ४० रूपैयाँ कायम गरिएको छ भने १ युनिटको १४८ रूपैयाँ रहेको दरलाई घटाएर १०० रूपैयाँमा झारिएको प्रतिवेदनमा उल्लेख छ । १० युनिटभन्दा माथिको प्रति युनिट दरमा समेत छुट दिइएको छ । नयाँ महसुल दररेट साधारण सभा सम्पन्न भएसँगै लागू हुनेछ । यसैगरी, १२ हजार ३ सय रूपैयाँ रहेको धारा जडान शुल्कलाई समेत क्षेत्रगत आधारमा पुनरावलोकन गरिएको छ । गरिब तथा न्यून आय भएका घरपरिवारलाई लक्षित गर्दै ७ वटा धारा पूर्ण निःशुल्क, १५ वटा धारामा ५० प्रतिशत छुट र आवश्यकताका आधारमा सार्वजनिक धारा जडान गर्ने नीतिलाई निरन्तरता दिइएको छ । लामो समयदेखि बक्यौता रहेका महसुलमा असार १५ देखि ३२ गतेसम्म चुक्ता गर्ने उपभोक्तालाई जरिवानामा ५० प्रतिशत छुट दिँदा १ लाख ४४ हजार ३ सय ६३ रूपैयाँ राहत प्रदान गरिएको संस्थाले जनाएको छ ।

दमकका सबै उपभोक्तालाई मागबमोजिम नियमित पानी उपलब्ध गराउन एसियाली विकास बैंक (एडीबी) को आर्थिक सहयोग र नेपाल सरकार, खानेपानी मन्त्रालयको समन्वयमा सञ्चालन हुने बृहत योजनाको टेन्डर प्रक्रिया सम्पन्न भइसकेको प्रतिवेदनमा उल्लेख छ । सन् २०२६ डिसेम्बरभित्रै निर्माण कार्य सुरू हुने यस आयोजना अन्तर्गत मुख्य दुईवटा ४५० घनमिटरका ओभरहेड ट्यांकी, ११० किलोमिटरभन्दा बढी पाइप विस्तार, बोरिङ-फिल्टर, भल्भ च्याम्बर र

बाँकी ४ पेजमा ▸▸

दमकमा पूर्व जनप्रतिनिधिवीच पूनर्मिलन



दमक/ दमक नगर पालिकाले पूर्व जनप्रतिनिधिहरु संग पूनर्मिलन कार्यक्रम गरेको छ । नगरपालिका परिषरमा विहिबार एक कार्यक्रम गरि नगरका पूर्व जनप्रतिनिधिहरुवीच पूनर्मिलन कार्यक्रम गरेको नगरपालिकाले जनाएको छ ।

कार्यक्रममा नगर उपप्रमुख रेगिना भट्टराई प्रसाईले स्वागत मन्तव्य राखेकी थिईन् भने कार्यक्रमका विषयमा नगरपालिकाका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत कमल भट्टराईले प्रकाश पारेका थिए ।

सो कार्यक्रममा दमक नगरपालिकाका पूर्व प्रमुख रोमनाथ ओली, तत्कालीन दमक नगर पञ्चायतका प्रधानपञ्च बलभद्र अधिकारी, पूर्व उपप्रमुख मोहन धिमाल, लोकबहादुर धिमाल लगायत विभिन्न कालखण्डका वडाअध्यक्ष, वडा सदस्यहरू, विभिन्न सामाजिक संघसंस्थाका प्रतिनिधिहरूको उपस्थिति रहेको थियो ।

उनीहरूलाई दमक नगर प्रमुख रामकुमार थापा, उपप्रमुख रेगिना भट्टराई, कार्यपालिका सदस्य शारदा भट्टराई लगायतले खादा, दोसल्ला ओढाएर सम्मान प्रदान गरेका थिए । दमकको विकास ,समृद्धिमा पूर्व जनप्रतिनिधिहरूको महत्वपूर्ण भूमिका रहेकाले उनीहरूको अनुभव आदानप्रदान गर्न उद्देश्यले तिहारका अवसर पारेर यस कार्यक्रम तय गरिएको नगर प्रमुख थापाले बताए । पूनर्मिलन कार्यक्रममा नगरपालिका वडाअध्यक्षहरू, वडा सदस्यहरू, कर्मचारीहरूको समेत सहभागिता रहेको थियो ।

धनीपुर्जा माग्दै झापाका ६० हजार परिवारले दिए आवेदन

दमक/ भूमि समस्या समाधान समितिले जग्गा प्राप्तिका लागि भूमिहीन, सुकुम्वासी तथा अव्यवस्थित बसोबासी गरी ६० हजार ५७० परिवारको निवेदन दर्ता भएको जनाएको छ ।

समितिका अध्यक्ष रहेका प्रमुख जिल्ला अधिकारी श्रवणकुमार पोखरेलका अनुसार भूमिहीन दलिततर्फ दुई हजार ८९६ परिवार, भूमिहीन सुकुम्वासीतर्फ १५ हजार ७८३ परिवार र सबैभन्दा बढी अव्यवस्थित बसोबासीतर्फ ४१ हजार ८५१ परिवारको आवेदन परेको छ ।

यसबाहेक अधिल्ला आयोगबाट कार्य अधुरो र अपुरो रहेका आवेदक परिवारको संख्या पाँच हजार २९६ रहेको समितिले जनाएको छ ।

जग्गा व्यवस्थापनका लागि राजस्वको दरसमेत परिमार्जन गरिएको प्रजिअ पोखरेलले बताए नयाँ व्यवस्थाअनुसार आवास प्रयोजनका लागि न्यूनतम मूल्यांकनको १२ प्रतिशत र कृषि प्रयोजनका लागि सात प्रतिशत राजस्व दर कायम गरिएको छ ।

हाल भूमि समस्या समाधान समिति झापाले सर्वसाधारणको जग्गासम्बन्धी समस्या यथाशीघ्र समाधान गर्ने लक्ष्यका साथ समितिमा कार्यरत कर्मचारी तथा पदाधिकारी अहोरात्र कार्यसम्पादनमा खटिरहेको उनले जानकारी दिए ।

यसैबीच, भूमि व्यवस्था, सहकारी, संघीय मामिला तथा सामान्य प्रशासनमन्त्री प्रतिभा रावलले सोमबार र मंगलबार जिल्लास्थित विभिन्न पालिकामा रहेका सुकुम्वासी परिवारलाई भेटेर वर्तमान सरकारले सुकुम्वासी समस्या सर्घैका लागि समाधान गर्दै जग्गाको धनीपुर्जा वितरणको तयारी गरिरहेको जानकारी दिएकी थिइन् ।

मन्त्री रावलले भूमि समस्या समाधान समिति र पालिकाका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृतसँग छलफल गर्दै जग्गाको धनीपुर्जा वितरणलाई पहिलो प्राथमिकता दिन निर्देशन दिएकी थिइन् ।

वडाबाटै राष्ट्रिय परिचयपत्र वितरण

चुलाचुली/इलामको चुलाचुली गाउँपालिकाले नागरिकलाई सहज रुपमा सरकारी सेवा उपलब्ध गराउने उद्देश्यसहित राष्ट्रिय परिचयपत्र वितरण कार्यलाई वडास्तरबाट अघि बढाएको छ । गाउँपालिकाले विभिन्न वडामा राष्ट्रिय परिचयपत्र वितरणको व्यवस्था मिलाएपछि परिचयपत्र लिन सदरमुकाम वा अन्य सेवा केन्द्रसम्म पुग्नुपर्ने नागरिकको बाध्यता कम भए सगै ज्येष्ठ नागरिक, अशक्त तथा दुरदराजमा बसोबास गर्ने नागरिकलाई सहजता भएको छ ।

चुलाचुली स्थानिय सरकारको पहलमा गत कात्तिक २४ गते चुलाचुली ३ निवासी जेष्ठ नागरिक अम्बर बहादुर समाल लाई चुलाचुली ३ नम्बर वडा कार्यालयमा गाँउपालिकाकी उपाध्यक्ष दिल

बाँकी ४ पेजमा ▸▸

माईखोला बगरमा बदाम खेती



दमक/ *सानो माईखोलामा गत वर्षको बाढीले झापा गाउँपालिका-१ का ६५ वर्षीय राजु अग्रवालको दुई बिगाहा उर्वर धानखेत बगायो । बगर बनेको खेत हेर्दै के गर्ने होला भन्ने चिन्तामा परेका अग्रवालले एउटा जुक्ति निकाले - केही नयाँ खेती गर्ने । निराशालाई आशामा बदल्दै त्यही सुरू भयो बदाम खेती ।*

बगर खेतमा अहिले २० क्विन्टल बदाम फलेपछि अग्रवाल उत्साही भएका छन् । बजारमा उनले फलाएको बदाम प्रतिकेजी १०४ का दरले बिक्री भइरहेको छ । 'धान फल्ने खेत बालुवाको बगर बनेपछि दुःख लाग्नु स्वाभाविकै थियो,' उनले बदामखेतीको संघर्षको कथा सुनाउँदै भने, 'बाढीको कहरबाट म स्तब्ध भएँ, तर बिचलित भइनँ । कुन खेती गर्न सकिन्छ भनेर सोधीखोजी गर्न थाले । बदाम फल्छ भन्ने थाहा पाएपछि म उत्साहका

बाँकी ४ पेजमा ▸▸

पत्रकार महासंघले गऱ्यो चरणबद्ध आन्दोलनको घोषणा

दमक/ नेपाल पत्रकार महासंघले प्रेस तथा अभिव्यक्ति स्वतन्त्रता तथा संविधानको संरक्षणका लागि पापडलाई सक्रिय बनाई चरणबद्ध आन्दोलनको घोषणा गर्ने भएको छ । मिडिया काउन्सिल विधेयक आम सञ्चार कानुन र प्रेस स्वतन्त्रताको रक्षा विषयमा महासंघद्वारा काठमाडौंमा आयोजित अन्तरक्रियाले त्यस्तो निष्कर्ष निकालेको हो ।

प्रेस काउन्सिल सम्बन्धी अध्यादेश एकपक्षीय रहेको र सरोकारवालाहरूसँग छलफल नै नभएको ठहर गर्दै अन्तरक्रियाले उक्त विधेयक फिर्ता गर्न राष्ट्रपतिलाई आग्रह गर्ने भएको छ ।

केही दिन अघि पत्रकारहरूमाथि भएको धरपकड र गिरफ्तारीका घटनाबारे छानबिन गरी दोषीलाई कारवाहीको माग गर्दै महासंघले विद्यमान अवस्थाबारे प्रधानमन्त्री, मन्त्रीहरू र राजनैतिक दलहरूलाई ध्यानाकर्षण गराउने जनाएको छ ।

बाँकी ४ पेजमा ▸▸

सवारी दुर्घटनामा दुई जनाको मृत्यु

झापा/सवारी दुर्घटनामा परी झापाको मेचीनगर र कमलमा दुई जनाको ज्यान गएको छ । सोमवार बिहान मेचीनगर -११ सृजनशील टोलमा मोटरसाइकल र दुर्घटना हुँदा स्कुटी चालक बुद्धशान्ति -३ बस्ने ६३ वर्षीय केदार खतिवडा गंभीर घाइते भएका थिए । उनलाई उपचारको लागि बीएण्डसी अस्पताल बिर्तामोड ल्याइएको थियो । उपचारका क्रममा खतिवडाको मंगलवार दिउँसो ४:३० बजे मृत्यु भएको प्रहरीले जनाएको छ ।

सो दुर्घटनामा मोटरसाइकल चालक मेचीनगर १२ बस्ने बर्ष ५८ का बृहस्पति पाण्डे, मोटरसाइकलमा पछाडी सवार सोही ठाउँ बस्ने बर्ष ६३ को भवानी तिमल्सिना र स्कुटीमा पछाडी सवार बुद्धशान्ति ३ बस्ने बर्ष ६१ की सावित्रा खतिवडा घाइते भएका थिए ।

बाँकी ४ पेजमा ▸▸

खानेपानी तथा सरसफाई उपभोक्ता संस्था दमक झापाको

साधारण सभा सम्बन्धी सूचना

खानेपानी तथा सरसफाई उपभोक्ता संस्था दमकको **३० औं वार्षिक साधारण सभा** निम्न मिति, समय र स्थानमा हुने भएकाले उपस्थित भई दिनहुन उपभोक्ता महानुभावहरुमा हार्दिक अनुरोध गर्दछौं ।

तपशिल :

❑ मिति : २०८३/०७/२० गते शुक्रबार ❑ समय: दिनको ११ बजे

❑ स्थान : खानेपानी कार्यालयको सभाहल, दमक-१ (झापा)

नोट : साधारण सभामा आउँदा फोटो सहितको उपभोक्ता परिचय-पत्र अनिवार्य साथमा लिएर आउनुहोला ।

खानेपानी तथा सरसफाई उपभोक्ता संस्था
दमक-१ (झापा)

सम्पादकीय

पुल निर्माणको सिद्ध आवश्यकता

कन्काई नदीमाथिको पुल निर्माण कार्यको ढीलासुस्तीले सिंगो विकास निर्माणलाई गिज्याइरहेको छ । नेपालको पूर्वाधार विकासको इतिहासमा यो निर्माण कार्य ढिलासुस्ती, लापर्वाही र राज्यको कमजोर नियमनकारी भूमिकाको एउटा गतिलो र गम्भीर नमुना बनेको छ ।

सम्झौता भएको १४ वर्ष बितिसक्दा पनि झापाको गौरीगन्ज र झापा गाउँपालिकालाई जोड्ने ७२४ मिटर लामो हुलाकी राजमार्गको यो पुलले पूर्णता पाउन सकेको छैन । राष्ट्रिय गौरव र रणनीतिक महत्व बोकेको हुलाकी राजमार्गअन्तर्गतको यो पुल अलपत्र पर्दा दक्षिणी झापाका सर्वसाधारणले वर्षौंदेखि जुन जोखिमपूर्ण र सास्तीपूर्ण यात्रा भोगिरहेका छन्, त्यो समग्र राज्यव्यवस्थाकै लागि लज्जास्पद विषय हो ।

विसं २०६८ जेठ ३१ गते 'पप्पु(महादेव खिम्ती जेभी' सँग ३४ करोड ६ लाख रूपैयाँमा ठेक्का सम्झौता भई २०७२ जेठ २६ गतेभित्र सम्पन्न गर्ने लक्ष्य राखिएको यो आयोजना राजनीतिक र प्रशासनिक संरक्षणकै आडमा अनपेक्षित रूपमा लम्व्याइयो । पटक(पटक म्याद थपिँदा समेत काम अघि नबढेपछि र पाँचौं पटक थपिएको म्याद सकिँदा जम्मा ६२ प्रतिशत मात्र भौतिक प्रगति हुनु निर्माण व्यवसायीको चरम लापरबाही र गैरजिम्मेवारीपनको पर्याप्त हो । पप्पु कन्स्ट्रक्सनले काम अलपत्र पारेपछि महादेव खिम्तीले जिम्मा लिए पनि हालसम्म कुनै सुधार आएन। अन्ततः सरकारले ठेक्का सम्झौता रद्द गर्दै निर्माण कम्पनीलाई भन्डै दुई अर्ब रूपैयाँ जरिवाना तोकेको छ । सरकारको यो निर्णय ढिला आए पनि सकारात्मक छ, तर ठेक्का रद्द हुनु मात्र समस्याको समाधान होइन ।

पुल नबन्दाको मार सबैभन्दा बढी नदी आसपासका स्थानीय बासिन्दाले खेप्नुपरेको छ । १४ वर्षदेखि अधुरो रहेको यो पुलका कारण विद्यार्थीलाई विद्यालय जान, किसानलाई आफ्नो उत्पादन बजार पुऱ्याउन र बिरामीलाई अस्पताल लैजान कन्काई नदीमा कहिले डुंगाको सहारा लिनुपर्ने त कहिले हिउँदमा बाँसको अस्थायी पुलबाट जोखिमपूर्ण यात्रा गर्नुपर्ने बाध्यता छ । स्थानीय सरकार ले समेत यसैको विकल्पमा ठेक्का लगाएर सर्वसाधारणसँग बारपार का लागि शुल्क असुल्नुपर्ने विडम्बनापूर्ण अवस्था सिर्जना भएको छ । एउटा पुल समयमा बन्न नसक्दा स्थानीय नागरिकले दैनिक जीवनमा आर्थिक भार र ज्यानको जोखिमसमेत मोल्नुपरेको छ, जुन लोकतान्त्रिक राज्यमा स्वीकार्य हुन सक्दैन ।

अब ठेक्का रद्द र जरिवानाको प्रक्रियासँगै सरकार र सम्बन्धित निकायले यस आयोजनालाई उच्च प्राथमिकतामा राखेर नयाँ प्रक्रियामार्फत छिटोभन्दा छिटो बाँकी निर्माण कार्य अगाडि बढाउनुपर्छ । बिगतमा जस्तै फेरि पनि कागजी प्रक्रिया र अदालती अल्झनमा यो आयोजना वर्षौंसम्म अल्झिरहने छुट कसैलाई छैन ।

कन्काई नदीको यो अधुरो पुलले नेपालको सार्वजनिक खरिद प्रक्रिया, ठेकेदारको सिन्डिकेट र प्रशासनिक कमजोरीको पोल खोलेको छ । तसर्थ, दोषी निर्माण व्यवसायीलाई कानुनी दायरामा ल्याएर कडा कारबाही गर्नुका साथै युद्धस्तरमा नयाँ ठेक्का आह्वान गरी पुल निर्माणलाई पूर्णता दिइनुपर्छ, ताकि दक्षिणी झापाका जनताले थप सास्ती र जोखिमपूर्ण जीवन बिताउन नपरोस् ।



◆ विमल लामिछाने

पहाडी इलाकामा पनि हलो र गोरूको युगबाट माथि उठेर रोपाई, गोडमेलन र कटानीका लागि आधुनिक कृषि यन्त्रहरूको सहज उपलब्धता र अनुदानको व्यवस्था हुनुपर्छ जसले जनशक्तिको अभावलाई पूर्ति गर्न ठूलो सहयोग पुऱ्याउँछ । उत्पादित धानको सुरक्षित भण्डारणका लागि प्रविधिमैत्री साइलो र शीतभण्डार निर्माण गर्नुपर्छ ।

प्रविधिमैत्री कृषिको अनिवार्यता

नेपाललाई सदियौंदेखि 'कृषिप्रधान देश' भन्दै आइएको छ । यहाँको कुल श्रमशक्तिको ६० प्रतिशतभन्दा बढी हिस्सा प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष रूपमा कृषि पेसामै आबद्ध छ । उर्वर भूमि, पानीका अनन्त स्रोत र अनुकूल हावापानी हुँदाहुँदै पनि आज देशको कृषि प्रणाली गहिरो संकटबाट गुज्रिरहेको छ । यसको सबैभन्दा पीडादायी तस्बिर आम नेपाली नागरिकको भान्सामा देखिन्छ, जुन दिनप्रतिदिन बाहिरी मुलुकमाथि परनिर्भर बन्दै गइरहेको छ ।

भन्सार विभागले सार्वजनिक गरेको चालू आर्थिक वर्षको ११ महिनाको तथ्यांकले नेपाली अर्थतन्त्र र कृषि क्षेत्रको अत्यन्तै चिन्ताजनक अवस्था चित्रण गरेको छ । यस एक वर्षको अवधिमा मात्रै नेपालले करिब ३७ अर्ब ८३ करोड ९२ लाख रूपैयाँ बराबरको ७ लाख ११ हजार ५२० टन धान-चामल आयात गरेको छ । नेपालजस्तो कृषिमा अपार सम्भावना बोकेको देशका लागि वार्षिक रूपमा अर्बौं रूपैयाँ चामल किन्नेका लागि विदेशिनु राष्ट्रिय अर्थतन्त्रका लागि गम्भीर क्षति हो ।

तथ्यांकलाई सूक्ष्म रूपमा विश्लेषण गर्दा नेपालको आयात प्रवृत्तिमा निकै नै निराशाजनक अवस्था आएको पाइन्छ । गत वर्षको तुलनामा समग्र आयातमा सामान्य गिरावट आएको देखाए पनि आयातको स्वरूप झन् बिग्रिएको छ । गत वर्षको ११ महिनामा १९ अर्ब ९९ करोड ९ लाख रूपैयाँ बराबरको कच्चा धान आयात भएकोमा यस वर्ष त्यो घटेर १७ अर्ब २३ करोड ७२ लाख रूपैयाँमा सीमित भएको छ । सामान्यतया कच्चा धान आयात घट्दा स्वदेशी राइस मिल र उद्योगहरु फस्टाउनुपर्ने हो, तर यहाँ ठ्याक्कै उल्टो भएको छ र यस वर्ष विदेशबाट सिधै तयारी चामल किन्ने प्रवृत्ति ह्वात्तै बढेको छ ।

तथ्यांकअनुसार बासमती चामलको आयात गत वर्षको ७ अर्ब २६ करोड ८४ लाख रूपैयाँबाट बढेर यस वर्ष ७ अर्ब ८६ करोड ३१ लाख रूपैयाँ पुगेको छ । त्यस्तै, सर्वसाधारणले उपभोग गर्ने अन्य सामान्य तयारी चामलको आयात पनि १० अर्ब २३ करोडबाट बढेर ११ अर्ब ८ करोड ८४ लाख रूपैयाँ पुगेको छ भने कनिका र ब्राउन राइसको आयातमा समेत वृद्धि भएको छ । सबभन्दा चिन्ताको विषय त, आत्मनिर्भरताको मूल जग मानिने धानको बिउमा समेत हामी परनिर्भर बन्दै गएका छौं । गत वर्ष १ अर्ब १६ करोड ६२ लाख रूपैयाँको बिउ आयात भएकोमा यस वर्ष त्यो बढेर १ अर्ब २९ करोड ९४ लाख रूपैयाँ पुगेको छ । बिउजस्तो प्राथमिक र आधारभूत वस्तुमा समेत अर्बौं रूपैयाँ विदेशिनुले हाम्रा कृषि अनुसन्धान केन्द्रहरु र उन्नत बिउबिजन उत्पादन गर्ने सरकारी कार्यक्रमहरु कतिसम्म कमजोर र निस्क्रिय छन् भन्ने प्रष्ट पार्छ । जब कृषिको आधारभूत बिउ नै विदेशी प्रयोग गर्नुपर्छ, तब उत्पादन लागत बढ्नु र किसान मारमा पर्नु स्वाभाविक नै हुन जान्छ ।

नेपालजस्तो कृषिप्रधान देशमा यस्तो दुरवस्था सिर्जना हुनुका पछाडि कुनै एक पक्ष मात्र जिम्मेवार छैन; यो वर्षौंदेखिको राज्यको त्रुटिपूर्ण नीति, कमजोर लगानी र किसानप्रतिको उपेक्षाको परिणाम हो ।

नेपाली किसानले खेतीको मुख्य सिजनमा कहिल्यै पनि समयमै रासायनिक मल पाउन सक्दैनन् र सिँचाइको भर अझै पनि आकाशे पानीमै छ । समयमा मल र पानी नपाउँदा किसानको मिहिनेत बालुवामा पानी हाले सरह हुन्छ । उत्पादन भइसकेपछि पनि किसानले आफ्नो उत्पादनको उचित समर्थन मूल्य पाउँदैनन् र पसिना बगाउने किसानले बजार मूल्यको साटो सास्ती पाउँदा अधिकांश फाइदा बिचौलियाहरुले कुल्याउने गर्छन् । देशभित्र रोजगारी र सम्मानजनक आम्दानी नभएपछि श्रम गर्ने युवा जनशक्ति दैनिक हजारौंको संख्यामा खाडी मुलुक तथा अन्य देशतर्फ पलायन भइरहेका छन्, जसको परिणामस्वरूप गाउँघरका उर्वर र हराभरा खेतबारीहरु आज झाडी र वनमाराले ढाकिएर बाँझिँदै गएका छन् । यसका साथै, सहरिया नागरिकमा बढ्दै गएको भात खाने संस्कृति र मसिनो तथा बासमती चामलप्रतिको अत्यधिक आशक्तिले पनि आयातलाई अझ मलजल गरेको छ ।

वार्षिक झण्डै ४० अर्ब रूपैयाँ धान(चामल आयातका लागि बाहिरिनु कुनै पनि स्वाभिमानी राष्ट्रका लागि सुखद संकेत होइन । यो चामल आयातको संकटबाट पार पाउन अब परम्परागत खेती प्रणालीले मात्र पुग्दैन र कृषि क्षेत्रलाई व्यावसायिक, आकर्षक र प्रतिस्पर्धी बनाउन प्रविधिमैत्री कृषिको तीव्र विकास र प्रयोग आजको अपरिहार्यता हो । कृषिमा प्रविधिको प्रयोग भनेको केवल औजार भित्र्याउनु मात्र होइन, उत्पादनको लागत घटाएर उत्पादकत्व बढाउने वैज्ञानिक प्रबन्ध हो ।

जमिनको उर्वराशक्ति मापन गर्न माटोको डिजिटल परीक्षण, बालीमा लाग्ने रोग तथा कीराको समयमै पहिचान गर्न ड्रोन प्रविधिको प्रयोग र मौसमको पूर्वानुमानका आधारमा सिँचाइ र मलखादको सही मात्रा मिलाउने प्रणालीको विकास गर्नुपर्छ । आकाशे पानीको भर पर्नुपर्ने बाध्यता अन्त्य गर्न थोपा सिँचाइ र स्प्रिंकलर प्रणालीलाई सौर ऊर्जामार्फत सञ्चालनमा ल्याउनुपर्छ जसले पानीको सदुपयोग मात्र गर्दैन, उत्पादन क्षमता पनि बढाउँछ ।

पहाडी इलाकामा पनि हलो र गोरूको युगबाट माथि उठेर रोपाई, गोडमेल र कटानीका लागि आधुनिक कृषि यन्त्रहरूको सहज उपलब्धता र अनुदानको व्यवस्था हुनुपर्छ जसले जनशक्तिको अभावलाई पूर्ति गर्न ठूलो सहयोग पुऱ्याउँछ । उत्पादित धानको सुरक्षित भण्डारणका लागि प्रविधिमैत्री साइलो र शीतभण्डार निर्माण गर्नुपर्छ र डिजिटल प्लेटफर्मको माध्यमबाट किसान सीधै उपभोक्ता वा मिल मालिकहरूसँग जोडिने वातावरण बनाउनुपर्छ, जसले बिचौलियाको भूमिका अन्त्य गर्दछ ।

यो संकटबाट मुक्त हुन सरकारले केवल भाषण र सहुलियतका आकर्षक नारा मात्र बाँडेर पुग्दैन । कृषि मन्त्रालयले प्रधानमन्त्री कृषि आधुनिकीकरण परियोजना लगायतका कार्यक्रमहरूलाई कागजी प्रक्रियाबाट निकालेर वास्तविक अर्थमा किसानको खेतसम्म पुऱ्याउनुपर्छ ।

उन्नत तथा हैथाने बिउको स्वदेशमै विकास, समयमै मल र आधुनिक सिँचाइको पक्का ग्यारेन्टी, र उत्पादित धानको उचित समर्थन मूल्य राज्यले गर्नैपर्छ । साथै, विदेशबाट आउने तयारी चामलमाथि कडा भन्सार नीति अपनाएर स्वदेशी उत्पादन र आधुनिक राइस मिल उद्योगहरूलाई संरक्षण गर्नुपर्छ । युवा पुस्तालाई प्रविधिमैत्री कृषिका माध्यमबाट गाउँमै आकर्षित गर्नसके मात्र नेपालीको भान्सा विदेशी चामलको परनिर्भरताबाट मुक्त हुन सक्छ र देश आर्थिक समृद्धिको बाटोमा अगाडि बढ्न सक्छ ।

पाठक पत्र

सरकारले तय गरेको बाटो छोड्नु बुद्धिमत्ता होइन

सम्पादकज्यू,

विवादित पूर्वआईजीपीलाई सुरक्षा सल्लाहकारमा नियुक्ति र अदालतको ढोकामा पुगेको विषयमा केही भन्न मन लाग्यो ।

सरकारले अघिल्लो वर्ष प्रहरी महानिरीक्षक (आईजीपी) बनेका दानबहादुर कार्कीलाई पदबाट हटाएर प्रधानमन्त्रीको सुरक्षा सल्लाहकार मा नियुक्त गरेको छ । सरकारको यो निर्णय सामान्य प्रशासनिक फेरबदल मात्र होइन, विवादमा तानिएका प्रहरी प्रमुखलाई अर्को महत्वपूर्ण जिम्मेवारीमा पुऱ्याउने कदमका रूपमा हेरिएको छ ।

दानबहादुर कार्की पछिल्लो समय विवादर हित पात्र भने होइनन् । जेनजी आन्दोलनका घटनाक्रमदेखि त्यसपछिका अनुसन्धान र पक्राउ प्रकरणसम्म उनी विभिन्न प्रश्नको घेरामा पर्दै आएका छन् । पछिल्लो समय बिचौलिया इनम सापकोटासँगको सम्बन्धलाई लिएर पनि उनी आलोचित भए । प्रहरी संगठनभित्र अनियमितताका आशंका र उठेका प्रश्नले उनको कार्यकाल थप विवादित बनेको थियो । सुशासन, पारदर्शिता र प्रहरी संगठनको विश्वसनीयताका दृष्टिले समेत उनीमाथि प्रश्न उठिरहेका थिए ।

यस्तो पृष्ठभूमिमा सरकारले उनलाई आईजीपीबाट हटाएर प्रधानमन्त्रीको सुरक्षा सल्लाहकार बनाउनु आफैंमा एउटा निकास खोज्ने प्रयासका रूपमा बुझ्न सकिन्छ । कम्तीमा प्रहरी संगठनको नेतृत्वमा देखिएका विवाद र असहजतालाई सम्बोधन गर्दै उनलाई अर्को जिम्मेवारीमा स्थानान्तरण गरिएको छ । तर, सरकारले दिएको यो निकासलाई सहज रूपमा स्वीकार गर्नुको सट्टा काकी सर्वोच्च अदालतको ढोका ढकढक्याउन पुगेका छन् । आफू अन्यायमा परेको दाबी गर्दै उनका कानुन व्यवसायीले रिट दर्ताको प्रक्रिया अघि बढाएका छन् ।



यहाँ एउटा महत्वपूर्ण प्रश्न उठ्छ—सरकार ले एउटा जिम्मेवारीबाट हटाएर अर्को जिम्मेवारी दिइसकेको अवस्थामा अदालत पुगेर उनले आखिर के हासिल गर्न खोजेका हुन्? सरकारले दिएको नयाँ जिम्मेवारीलाई स्वीकार गरेर आ"नो कार्यक्षमता प्रमाणित गर्ने अवसर पनि उनीसँग थियो । तर अदालतमा जाने निर्णयले विवादलाई थप लम्याउने र सार्वजनिक बहसको केन्द्रमा आफूलाई पुनः उभ्याउने सम्भावना छ । यसबाट उनलाई राजनीतिक, प्रशासनिक वा व्यक्तिगत रूपमा कति लाभ मिल्छ भन्ने प्रश्न पनि उत्तिकै महत्वपूर्ण छ ।

अदालत जानु प्रत्येक नागरिकको संवैधानिक अधिकार हो । आफू अन्यायमा परेको लागे कानुनी उपचार खोज्न पाउनु स्वाभाविक पनि हो । तर अधिकार प्रयोग गर्दा त्यसको समय, सन्दर्भ र परिणामबारे पनि सोच्न आवश्यक हुन्छ । विवादबाट बाहिरिने अवसर पाएको अवस्थामा पुनः विवादकै बाटो रोज्दा कार्कीलाई अपेक्षित फाइदाभन्दा राजनीतिक तथा सार्वजनिक आलोचना बढी हुन सक्छ । अन्ततः अदालतले कानुनका आधारमा निर्णय गर्ला, तर सार्वजनिक जीवनमा विश्वास आर्जन गर्न कानुनी जित मात्र पर्याप्त हुँदैन । त्यसका लागि निष्पक्षता, पारदर्शिता र जवापदेहिताको प्रमाण पनि आवश्यक हुन्छ ।

– ज्ञानेन्द्र पाण्डे, इटहरी

सामाजिक सञ्जाल

गगनसँगको भेटवार्ता सकारात्मक



केपी ओली, नेकपा एमाले अध्यक्ष

नेकपा एमालेका अध्यक्ष केपी शर्मा ओलीले नेपाली कांग्रेसका सभापति गगन थापासँग भएको भेटवार्ता सकारात्मक रहेको बताएका छन् । सञ्चारकर्मीसँग कुरा गर्दै उनले थापासँग राजनीतिक विषयमा राम्रो छलफल भएको जानकारी दिएका थिए । दुई नेताबीचको भेटलाई पछिल्लो राष्ट्रिय राजनीतिक घटनाक्रम र मधेश प्रदेश सरकारको परिस्थितिसँग जोडेर हेरिएको छ । त्यस्तै, नयाँ प्रहरी महानिरीक्षक नियुक्तिको विषयमा पत्रकारले सोधेको प्रश्नमा ओलीले सरकारले आफूले भनेको काम गर्ने व्यक्तिलाई नियुक्त गरेको हुन सक्ने आशयको व्यङ्ग्यात्मक टिप्पणी गरेका थिए । उनको भनाइले सरकारका पछिल्ला निर्णय र राजनीतिक नेतृत्वबीचको सम्बन्धबारे नयाँ बहस सिर्जना गरेको छ ।

सर्वसत्तावाद स्थापित हुने खतरा



राजेन्द्र लिङ्देन
अध्यक्ष (राप्रपा)

राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टीका अध्यक्ष राजेन्द्र लिङ्देनले मुलुकमा लोकतन्त्रको नाममा सर्वसत्तावाद स्थापित हुने खतरा देखिन थालेको बताएका छन् । उनले विधि, नियम र कानुनी प्रक्रियाभन्दा शक्ति र आदेशका आधारमा राज्य सञ्चालन हुने प्रवृत्ति लोकतन्त्रका लागि खतरनाक हुने धारणा राखे । प्रहरी महानिरीक्षकको परिवर्तन, सरकारी अधिकारीहरुको पक्राउ तथा रिहाइ र सुनकोशी-मरिन डाइभर्सन आयोजनाको ठेक्का प्रक्रियाबारे सरकारले जनतालाई स्पष्ट जवाफ दिनुपर्ने उनको माग थियो । देशलाई सम्भावित राजनीतिक दुर्घटनाबाट जोगाउन राप्रपालाई बलियो तथा सङ्गठित बनाउनुपर्ने उनको भनाइ थियो । आगामी राजनीतिक नेतृत्वका लागि पार्टीका नेता तथा कार्यकर्तालाई तयार रहनसमेत उनले आग्रह गरेका थिए ।

लोकतन्त्रको वास्तविक मापन स्वतन्त्र प्रेस



विश्वप्रकाश शर्मा
वरिष्ठ उपसभापति,
नेपाली कांग्रेस

नेपाली कांग्रेसका वरिष्ठ उपसभापति विश्वप्रकाश शर्माले सरकारले अपारदर्शी निर्णय गर्ने, पत्रकारमाथि धरपकड गर्ने र संवैधानिक निकायमाथि नियन्त्रण कायम गर्न खोज्ने प्रवृत्ति देखाएको आरोप लगाएका छन् । कांग्रेसको आकस्मिक पदाधिकारी बैठकपछि सञ्चारकर्मीसँग कुरा गर्दै उनले लोकतन्त्रको वास्तविक मापन स्वतन्त्र प्रेस र नागरिकले निर्भय भएर अभिव्यक्ति दिन पाउने अवस्थाबाट हुने बताए । सरकारको आलोचना गर्ने नागरिक र सञ्चारकर्मी असुरक्षित महसुस गर्ने अवस्था लोकतन्त्रका लागि राम्रो संकेत नभएको उनको भनाइ थियो । कांग्रेसले प्रेस स्वतन्त्रता, न्यायपालिकाको स्वतन्त्रता र विधिको शासनका पक्षमा राजनीतिक तथा कानुनी रूपमा प्रतिवाद गर्ने उनले स्पष्ट पारे ।

पार्टीमा गम्भिर समीक्षा हुन आवश्यक



शंकर पोखरेल
महासचिव, नेकपा एमाले

नेकपा एमालेका महासचिव शंकर पोखरेलले पार्टीको आगामी राजनीतिक यात्रा तय गर्न विगतका अनुभव र कमजोरीको गम्भीर समीक्षा आवश्यक रहेको बताएका छन् । प्रवासी नेपाली मञ्चको दोस्रो अन्तर्राष्ट्रिय महाधिवेशनलाई सम्बोधन गर्दै उनले बदलिँदो राजनीतिक परिस्थिति र भूराजनीतिक चुनौतीअनुसार पार्टीले आफ्नो रणनीति परिवर्तन गर्नुपर्ने धारणा राखे । २०८२ भदौ २३ र २४ गतेका घटनाले एमालेको राजनीतिक जीवनमा ठूलो धक्का पुऱ्याएको उनको भनाइ थियो । ती घटनाको सही विश्लेषण नगरी आगामी राजनीतिक कार्यभार निर्धारण गर्न नसकिने उनले स्पष्ट पारे । पार्टीलाई पुनः सशक्त बनाउन आत्मसमीक्षा र नयाँ कार्ययोजना आवश्यक रहेको उनको जोड थियो ।

Log on गर्नुहोस्
purbasandesh.com
EPAPER मा पूर्वसन्देश पत्रिका हेर्नुहोस्

जुम्ल्याहा दिदीबहिनीको उद्यम यात्रा



इटहरी । कुनै समय मासिक तीन हजार रूपैयाँ कमाएर कलेजको शुल्क जुटाउने इटहरीका जुम्ल्याहा दिदीबहिनी रिया र प्रिया कार्की अहिले आफ्नै व्यवसाय सञ्चालन गर्दै अरु युवालाई सीप र रोजगारीसँग जोडिरहेका छन् । २४ वर्षीया उनीहरूले इटहरीको बीपी चोकमा 'ट्विन बिन्स बरिस्टा एकेडेमी' सञ्चालन गरी हालसम्म २०० भन्दा बढी विद्यार्थीलाई कफी बनाउने तालिम दिइसकेका छन् ।

आफ्नै व्यवसाय सुरू गर्न करिब २० लाख रूपैयाँ लगानी गरेका उनीहरु अहिले दुई जनालाई रोजगारीसमेत दिइरहेका छन् । तर, यो सफलतासम्म पुग्न उनीहरूले आर्थिक अभाव, बेरोजगारी, ऋणको दबाब र व्यवसाय सञ्चालनका अनेक चुनौती सामना गर्नुपऱ्यो ।

झापा गाउँपालिकामा जन्मिएका दिदीबहिनीको सपना सुरूमा नर्सिङ पढने थियो । तर, अध्ययनका लागि जनही करिब २० लाख रूपैयाँ खर्च लाग्ने भएपछि आर्थिक अवस्थाका कारण उनीहरूले आफ्नो चाहना पूरा गर्न सकेनन् । त्यसपछि इटहरीस्थित प्रिमियर कलेजमा व्यवस्थापन विषय अध्ययन गर्न थाले ।

कक्षा ११ मा पढ्दै गर्दा उनीहरूले कलेजमै काम गर्ने अवसर पाए । मासिक तीन हजार रूपैयाँ पारिश्रमिकबाट सुरू भएको उनीहरूको यात्रा कक्षा १२ सम्म पुग्दा आफ्नै पढाइको शुल्क जुटाउन सक्ने अवस्थामा पुग्यो ।

कक्षा १२ पछि पनि उनीहरूले कामलाई निरन्तरता दिए । प्रिमियर कन्सल्टेन्सीमा रियाले मार्केटिङ तथा शैक्षिक जिम्मेवारी सम्हालिन् भने प्रियाले बरिस्टा तालिम दिन थालिन् । फन्डै पाँच वर्ष काम गर्दा उनीहरुले संस्थाको व्यवस्थापन, विद्यार्थीसँगको व्यवहार र तालिम सञ्चालनको अनुभव बटुले ।

तर, संस्थाबाट काम छाड्नुपर्ने अवस्था आएपछि उनीहरूको नियमित आम्दानी रोकियो । एक महिनामन्दा बढी बेरोजगार बस्दा आर्थिक समस्या थपियो । विदेश जाने वा अर्को जागिर खोज्ने भन्ने अन्योलबीच उनीहरूले आफूले सिकेको सीपबाटै व्यवसाय गर्ने निर्णय गरे ।

सुरूमा आफन्त र साथीभाइसँग ऋण तथा सहयोग माग्दा धेरैले नेपालमै लगानी गर्नुभन्दा विदेश जान सुझाव दिएका थिए । तर, उनीहरूले आफ्नो सीपमा भरोसा गर्दै व्यवसाय अघि बढाए । इटहरीको बीपी चोकमा मासिक १७ हजार रूपैयाँ भाडा तिर्ने गरी स्थान लिएर एकेडेमी सञ्चालनमा ल्याए ।

अहिले एकेडेमीमा पाँचदेखि सात जनाको समूह बनाएर तालिम दिइन्छ । एक महिनाको आधारभूत तालिम शुल्क १० हजार र उन्नत तालिम शुल्क १५ हजार रूपैयाँ छ । विद्यार्थीलाई कफी बनाउन सिकाउनुका साथै ग्राहकसँगको व्यवहार, व्यावसायिक सेवा र आत्मविश्वास विकासमा समेत अभ्यास गराइन्छ ।

हाल दुवै दिदीबहिनी जनता बहुमुखी क्याम्पसमा बीबीएस अन्तिम वर्षमा अध्ययनरत छन् । व्यवसाय र पढाइलाई सँगसँगै अघि बढाइरहेका उनीहरूको लक्ष्य एकेडेमीलाई थप व्यवस्थित गर्दै भविष्यमा शाखा विस्तार गर्ने हो ।

कुनै समय आफ्नै पढाइको खर्च जुटाउन संघर्ष गरेका रिया र प्रिया अहिले अरूलाई सीप सिकाउँदै रोजगारीको अवसर सिर्जना गरिरहेका छन् ।

उनीहरूका लागि आफ्नै व्यवसाय सुरू गर्नु मात्रै उपलब्धि होइन, त्यसलाई निरन्तर सञ्चालन गर्दै आर्थिक रूपमा आत्मनिर्भर बन्नु मुख्य लक्ष्य बनेको छ ।

पानासोनिक
इलेक्ट्रोनिक्स वर्ल्ड,
दमक-८, झापा
विगत दुई दशक
उत्कृष्टतादेखि तपाईंहरूको सेवामा
समर्पित रहा ममत कंम्पनी सबै प्रकारका LED, TV, Online UPS इन्भर्टर सबै स्टेपलाइजर, Sound System, Speeker, ब्याट्री चार्जर, तेहिन्डक मेशिन सबै मोटर, पंखा, फ्रिज, AC वासिङ मेशिन, कॉटा सुलन दरुमा ग्यारेन्टीका साथ ममत गरिएछ ।
साथै घरमै अर्डर अनुसार सबै प्रकारका UPS, इन्भर्टर, स्टेपलाइजर लगी तयार गर्नुका साथै सबै प्रकारका रिमोट र इलेक्ट्रोनिक पार्टपार्टस, रोकेण्डहेण्ड मोटर र फ्यान पाइनेछ ।
नोट :
१) तोकिएको हप्तिभित्रमा प्रयोग हुने सबै सामानहरू ममत गरिएछ ।
२) यहाँ होम सर्भिसको सेवा पनि उपलब्ध छ ।
३) सबै प्रकारका रेकर्डेण्डहेण्ड सामान पनि बिक्री गरिएछ ।
प्रो. मनोज सिंह
९८४२६२०९३०/९८०४९३१६३९/०२३-५८३१४७

SHREE RATNA JEWELLERY
दमक-६, शंखधरचौक, झापा
छापावाल सुन बिक्री दर 2,89,400/
चाँदी बिक्री दर 3935/-
हिजोको सुनचाँदीको दरभाउ
मिति : २०८३ कार्तिक १८
शुद्धताको ग्यारेन्टीसहित यहाँ आधुनिक तथा पोरणिक आकर्षक डिजाईनका सुनचाँदीका गरगहनाहरू बनाउनुका साथै शुपथ मूल्यमा खरिद-बिक्री गरिन्छ ।
सुरक्षित सेफ लकरको आवश्यकता परेमा पनि हामीलाई सम्झनुहोला ।
सम्पर्क: ९८१४१११११५ (9815996315)

विश्वका रोचक पौराणिक लोककथा

इकारसको उडान- ग्रिस

ग्रीक पौराणिक कथाअनुसार डेडालसले आफ्नो छोरा इकारसलाई पाँख र मैनबाट पखेटा बनाएर दिए । उड्नुअघि उनले छोरालाई धेरै माथि नउड्न चेतावनी दिएका थिए । तर उड्ने उत्साहमा इकारस सूर्यनजिक पुगे । सूर्यको तापले पखेटामा लगाइएको मैन पग्लियो र उनी समुद्रमा खसे । यो कथाले अति आत्मविश्वास र सावधानीको अभावले विनाश निम्त्याउन सक्छ भन्ने शिक्षा दिन्छ ।

प्रोमिथियसले चोरेको आगो - ग्रिस

देवताहरूका राजा ज्युसले मानिसलाई आगो प्रयोग गर्न प्रतिबन्ध लगाएका थिए । तर प्रोमिथियसले देवताहरूबाट आगो चोरेर मानिसलाई दिए । यसले मानव सभ्यताको विकासमा ठूलो सहयोग पुऱ्यायो । त्यसको सजायस्वरूप ज्युसले उनलाई चट्टानमा बाँधेर राखे । यो कथाले अरूको हितका लागि त्याग गर्नुपर्ने अवस्था आउन सक्छ भन्ने सन्देश दिन्छ ।

किङ आर्थरको तरबार- बेलायत

बेलायती लोककथाअनुसार एउटा ढुङ्गामा गाडिएको तरबार निकाल्न सक्ने व्यक्ति नै बेलायतको राजा बन्ने भविष्यवाणी गरिएको थियो । धेरै शक्तिशाली व्यक्तिले प्रयास गर्दा पनि असफल भए । तर युवा आर्थरले सहजै तरबार निकाल्न सफल भए । यसरी उनी राजा बने । यो कथाले नेतृत्व शक्ति वा उमेरले मात्र होइन, क्षमता र योग्यताले निर्धारण गर्छ भन्ने देखाउँछ ।

रोबिन हुड - बेलायत

रोबिन हुडलाई धनी र अन्यायी व्यक्तिबाट सम्पत्ति लिएर गरिबलाई बाँड्ने साहसी पात्रका रूपमा चित्रण गरिन्छ । उनी आफ्ना साथीहरूसँग जंगलमा बसेर अन्यायविरुद्ध संघर्ष गर्थे । उनको कथा पुस्तौंदेखि न्याय र समानताको प्रतीक बनेको छ । यसले कमजोर र विपन्नको पक्षमा उभिनुपर्ने शिक्षा दिन्छ ।

अलादिनको जादुई चिराग- मध्यपूर्व

अलादिनले एउटा पुरानो चिराग भेट्टाउँछन् । त्यसलाई घोट्दा शक्तिशाली जिन्न प्रकट हुन्छ र इच्छा पूरा गर्ने प्रस्ताव राख्छ । अलादिनले त्यसको सहयोगबाट अनेक समस्या समाधान गर्छन् । तर चिराग खोस्न खोज्ने व्यक्तिका कारण उनी संकटमा पनि पर्छन् । यो कथाले अवसरसँगै जिम्मेवारी र विवेक पनि आवश्यक हुन्छ भन्ने सन्देश दिन्छ ।

सन्ड्रेलाको जुत्ता - युरोप

सिन्ड्रेला सौतेनी आमा र दिदीबहिनीको दुर्व्यवहार सहेर जीवन बिताइरहेकी हुन्छिन् । एक दिन जादूको सहयोगमा राजदरबारको समारोहमा पुग्छिन् । मध्यरातपछि फर्किने क्रममा उनको एउटा सिसाको जुत्ता छुट्छ । राजकुमारले त्यही जुत्ताका आधारमा उनलाई खोज्छन् । अन्ततः उनीहरूको भेट हुन्छ । यो कथाले कठिन परिस्थितिमा पनि आशा र आत्मविश्वास कायम राख्नुपर्छ भन्ने शिक्षा दिन्छ ।

मुलानको साहस - चीन

चिनियाँ लोककथाकी मुलानले वृद्ध बुवालाई युद्धमा जानबाट जोगाउन पुरुषको भेषमा सेनामा भर्ती हुन्छिन् । उनले लामो समयसम्म आफ्नो पहिचान गोप्य राखेर साहसपूर्वक युद्ध लड्छिन् । उनको बहादुरीले सेनामा सम्मान दिलाउँछ । यो कथाले साहस, परिवारप्रतिको जिम्मेवारी र क्षमताको कुनै लिङ्ग हुँदैन भन्ने सन्देश दिन्छ ।

बाँस काट्ने मानिस र चन्द्रमाकी राजकुमारी-जापान

एक वृद्ध बाँस काट्ने मानिसले बाँसको डाँठभित्र सानी बालिका भेट्टाउँछन् । उनले ती बालिकालाई आफ्नै छोरी बनाएर हुर्काउँछन् । बालिका असाधारण सुन्दर हुन्छिन् र धेरै राजकुमार विवाहको प्रस्ताव लिएर आउँछन् । पछि उनी चन्द्रलोकबाट आएको रहस्य खुल्छ र अन्ततः चन्द्रमातिर फर्किन्छिन् । यो कथाले जीवनका प्रिय सम्बन्ध पनि सधैं आफ्नो साथमा रहँदैनन् भन्ने भाव व्यक्त गर्छ ।

अनान्सी र ज्ञानको भाँडो- अफ्रिका

पश्चिम अफ्रिकी लोककथामा अनान्सी नामको माकुरो अत्यन्त चलाख पात्रका रूपमा चिनिन्छ । एउटा कथामा उसले संसारको सबै ज्ञान एउटै भाँडोमा जम्मा गरेर आफूले मात्र राख्न खोज्छ । तर भाँडो सुरक्षित राख्न खोज्दा असफल हुन्छ र ज्ञान संसारभर फैलिन्छ । यसले ज्ञान बाँड्दा समाज समृद्ध हुन्छ भन्ने शिक्षा दिन्छ ।

सुनौलो हाँस - जर्मनी

जर्मन लोककथामा एक युवकले जंगलमा एउटा सुनौलो हाँस भेट्टाउँछ । उसले हाँसलाई माया गरेर जोगाउँछ । त्यसपछि हाँसको पाँख समाल्ने मानिसहरु एकअर्कासँग ठाँसिँदै जान्छन् । यो अनौठो घटनाले धेरैलाई हँसाउँछ र अन्ततः राजकुमारीको उदासी पनि हट्छ । कथाले दया र सरल व्यवहारले अप्रत्याशित खुसी ल्याउन सक्छ भन्ने देखाउँछ ।

स्वास्थ्य

जीवनमा खानाको महत्व



डा. लेखनाथ ढुंगाने

.....क्रमागत.....

खाना पचाउने धेरै प्रकारका व्याक्टेरिया हाम्रो पाचन तन्त्र अथवा आन्द्रामा हुन्छन् । यसलाई इन्टेस्टाइनल फ्लोरा भनिन्छ । उदाहरणका लागी दुध र दहीलाई लिन सकिन्छ । दुधमा लेक्टोज हुने भएकाले सबैलाई दुध पच्दैन तर दहीमा लेक्टोबेसिलस हुने भएकाले सजिलै पच्छ । दुधलाई जमाउँदा फ्रिमेन्टेसन हुन्छ र दही बन्छ जसमा लेक्टोबेसिलस थपिन्छ अनि पाचन सहज हुन्छ । यसरी नै अन्य खानेकुरालाई पनि त्यहाँ भएको फुलोराले पचाउन सघाउँछ ।

खानामा पाइने र शरीरलाई आवश्यक धेरै प्रकारका तत्व मध्ये एउटा हो म्याग्नेसियम । यसले शरीरलाई आवश्यक तत्वहरु शोषण गरेर पाचनक्रिया सहज र शरीर स्वस्थ बनाउन, रक्तचाप नियन्त्रणमा राख्न, मुटुलाई स्वस्थ राख्न, सोडियम पोटासियमलाई नियन्त्रणमा राख्न, नसालाई सक्रिय राख्न र हातखुट्टा बाउडिन नदिन सघाउँछ । हामीले खाने खानेकुरा प्राय सबैमा म्याग्नेसियम पाइन्छ । धेरै मात्रामा पालकको साग, सनफ्लावर, केरा, दुध र यसको प्रोडक्ट, कालो चकलेट आदिमा पाइन्छ । यसको कमी भएमा हातखुट्टा बाउडिने, चाडै थाक्ने, हड्डी कमजोर हुने, रक्तचाप बढने हुन्छ ।

यसरी नै हाम्रो शरीरलाई चाहिने भिटामिन दुई प्रकारका हुन्छन् । भिटामिन ए, डि, इ, के बोसो(चिल्लो)मा घुल्ने र भिटामिन बि अनि सि पानीमा घुल्ने हुन्छन् । यस्ता भिटामिनहरू धेरैजसो खानेकुरा र फलफुलमा पाइन्छ । विशेष गरेर भिटामिन बि१२ र डि३ हाम्रो शरीरलाई धेरै मात्रामा चाहिने र माछामासुमा बि१२ धेरै पाइने हुँदा साकाहारीले फलफुललगायतका खानेकुरा धेरै खानुपर्छ । यसरी नै डि३ भने घामको किरणमा पनि पाइने हुँदा हरेक दिन १५ मिनेट या हप्तामा आधा घण्टा बिहान दश बजेतिरको घाम ताप्नु राम्रो हो । तर घाम तापेर मात्र हुँदैन खानामा पनि चिल्लो पदार्थ जस्तै घिउ, दुध, दहि या कुनै चिल्लो पदार्थ खानुपर्छ र मात्र आन्द्राबाट शोषण भएर उपयोगमा आउँछ ।

आजकल बजारमा यस्ता भिटामिन किन्न पाइन्छ । जसलाई भिटामिन डि३ को कमी छ भने बजारमा पाइने क्याप्सुल खाँदा थोरै चिल्लो पदार्थ पनि खानुपर्छ । यस्ता भिटामिनको कमी भएमा कमजोरी, जिउ थाक्ने, जागर नचल्ने, मन असान्त हुने, शरीरको विकासमा बाधा आउने गर्छ, हड्डी कमजोर हुने मन नलग्नेजस्ता समस्या हुन्छन् भने भिटामिन ए र सि को कमीले शरीरमा रोगप्रतिरोधी क्षमता घटाएर विभिन्न संक्रामक रोग लाग्ने हुन्छ । आँखा कमजोर हुन्छ । रुघामर्की लागीरहन्छ । भिटामिन ए र सि विभिन्न फलफुल र सागपातमा पाइन्छ ।

त्यसो भए खानामा के खाने, कतिबेला खाने, कति खाने र कस्तो खाने त ? प्रकृतिमा फलेका, पाकेका र माटामा उम्रेका अनि काँचै खान मिल्ने हरेक खाद्य वस्तु उत्तम हुन् जस्तै, फलफुल तरकारी, गेडागुडी, नफलेको चामल, कोदो फापर सिस्नो, दुग्ध पदार्थ । तर दुधको सहायतामा वनिएका आइसक्रिम या चकलेट, पनिर भने धेरै फाइदाकारी हुँदैनन् । किनभने यस्ता खानेकुरा प्रोसेसिङ गरिएका हुन्छन् । अन्य केमिकल हालिएका हुन्छन् । अप्राकृतिक स्वाद हालिएको हुन्छ र लामो समय राखिएका हुन्छन् । यस्ता प्रोसेसिङ गरिएका खाना कुनै खुसियालीमा या लामो समयको अन्तरालमा र थोरै मात्रमा सेवन गर्न सकिन्छ तर हरेक दिन होइन ।

फलफुल, दही, मही या पेयपदार्थ विहान र दिउसो खानु उत्तम हुन्छ । बेलुका र राती सेवन गर्नु उत्तम मानिदैन । यसले शरीरमा हानी हुने, सर्दी लाग्ने या पाचन बिग्रने हुन्छ । विहान उठेर कागती पानी या मनतातो पानी टुकरुक्क-मलासन आसनमा) बसेर पिउनु राम्रो हो । यसले रातभरी पाचन तन्त्रमा जम्मा भएको अम्ल र अनेक अनावश्यक वस्तु बाहिर निकाल्छ, पेट साफ हुन्छ । त्यसको केहि समयपछि फलफुल आदि खान सकिन्छ । जसले शरीरमा भएको अनावश्यक अम्ल(एसिड)लाई घटाउँछ, भोक बढाउँछ जस्तै स्याउ, ड्रागे फ्रुट्स् । विहानको खाना केहि बढी, सजिलै पच्ने र सलाद सहितको हुनुपर्छ । आगोमा हलुका पकाएको सब्जी भए उत्तम हुन्छ । दिउसो आवश्यक भए हलुका खाजा नत्र फल खाए पुग्छ र बेलुका सके घाम डुब्नु अगावै नभए पनि ८ बजे सम्ममा थोरै खान खाने र कम्तीमा १०० पाइला हिँडने बानी स्वास्थ्यकालागि धेरै उत्तम मानिन्छ । खानापछि बज्रासनमा बस्नाले पेट सफा हुने र पाचन राम्रो हुने गर्छ ।

खाना चपाएर विस्तारै खानुपर्छ । जति चपाएर खायो त्यती पाचनमा सहज हुन्छ । शास्त्रिय मान्यता अनुसार ३२ गास खान प्रयास्त हुन्छ र हरेक पटकको गास ३२सै पटक चपाएर निल्नुपर्छ । चपाएर खाएको खानामा रहेका पौष्टिक तत्व आन्द्राबाट शोषण भएर कलेजोमा पुग्न सहज हुन्छ । खाना सकेसम्म भुइमा बसेर पलेटी मारेर खादा पेटमा रक्तसंचार राम्रो हुने र पाचन सहज हुने गर्छ । खानामा कार्बोहाइड्रेट भन्दा प्रोटिन धेरै भएका खानेकुरा जस्तै दाल, चना, भटमास, मर्के दहीदुध, मांसाहारीले मासु अण्डा थोरै खान सकिन्छ । खाजाको रूपमा कोदो फपर भए उत्तम हुन्छ ।

बौद्ध ग्रन्थ अनुसार 'उत्तम खाना भनेको जमीनमा उम्रिएका या फलेका अन्न सागपात र फल हुन् । जन्मिएका (मासुजन्य) खानेकुरा मानव शरीरकालागि उत्तम मानिदैनन् ।'

मुखमा रहेका विभिन्न पाचन रसले खानालाई पच्न योग्य मात्रै बनाउँदैन सन्तुष्टि पनि प्रप्त हुन्छ । त्यसैले चपाएर खानुपर्छ । खुसी र आनन्द पनि खानाले नै प्रदान गर्छ । विज्ञानको नियम र पाचन प्रकृया अनुसार खानाको २ घण्टापछि मात्र पानी पिउनु पर्छ । सुत्नुअघि भए थोरै दुध नभए पानी पिउनु उत्तम हो । अझ दुधमा बेसार मिसाएर पिउँनसके झनै राम्रो हुन्छ । यसले हृदयघात हुनबाट बचाउँने, शरीरमा विसे घुस्नबाट बचाउने र शरीरमा क्यान्सियमको कमी हुन पाउदैन । यसको सेवनले हातखुट्टा नबाउडिने अध्ययनले देखाएको छ ।

मांसाहारले सकेसम्म विहान या दिउसो मात्र माछामासु खाने गर्नुपर्छ । यसलाई पचाउन समय लाग्ने हुँदा कमसेकम माछामासु या अण्डा खाएपछि ९ घण्टा या मजाले भोक नलागुन्जेल पुनः खाना नखाने, मात्र पानी पिउने गर्नुपर्छ । खानेकुरा या माछामासु पटक पटक पकाएर या फ्रिजमा लामो समय राखेर खाएमा स्वास्थ्यमा असर पुग्छ । यसले शरीरमा विकार उत्पन्न गराउँछ र विभिन्न रोग लाग्ने सम्भावना वढेर जान्छ । माछामासु र गरिष्ट भोजन बेलुकाको समयमा नर्गनु उत्तम हुन्छ । यसले राती सुतेको बेलामा रगत बाक्लो बानएर हृदयघात हुने सम्भावना धेरै हुन्छ । शरीर मोटो भएर जान्छ । त्यसैले सुत्ने बेलामा पानी या तर निकालेको दुध पिएर सुतेमा रगत बाक्लो हुन पाउँदैन र हृदयघात हुने सम्भावना पनि न्युन रहन्छ ।

आजकल मासुका लागि उपयोग गरिने पशुपंक्षीलाई बडो कस्टकासाथ एक ठाउँबाट अर्को ठाउँमा लगिन्छ । यातनाका साँथ ओसारिएका ती पशुपंक्षीमा शरीरिक पिडाका कारण अनावश्यक रसराग(हर्मोन) सिक्रिसन भइरहेका हुन्छन् । जो शरीरकालागि हानीकारक हुन्छन् । यो अवस्थामा बध गरिएका पशुपंक्षीको मासुमा पनि ती अस्वस्थकर रसहरू मिसिएर मानिसको शरीरमा पुग्छन् । यसले हाम्रो शरीरलाई पनि विकृत बनाउन सघउँछ अथवा अस्वस्थ बनाउँछ । त्यसैले मासाहारीले स्वस्थ र पिडा नदिई बध गरिएका पशुको मासु सेवन गर्नुपर्छ । आजकल पशुका आहारमा पनि आवश्यक भन्दा धेरै केमिकलयुक्त पदार्थ मिसाएर दाना तयार पारिन्छ । यस्ता खानेकुरा खाएका पशुको शरीर र मासु के स्वस्थकर होला ?

दैनिक राशिफल
आज मिति २०८३ साल कार्तिक २० गते शुक्रबार
6 Nov. 2026
तिथि: एकादशी



ज्यो. लक्ष्मी प्र. ढकाल
ठेगान : बयागपुस गौड, सगरमाथा अञ्चल निगम, उत्तर
सम्पर्कका लागि: ९८६७३५०८८१/९८५७००५५६५

मेष च चे लो ला लि लँ ले लो अ
व्यापार-व्यवसायबाट लाभ । ऋण चुक्ता गर्ने दिन ।

वृष इ उ ए ओ वा वि वृ वे वो
कार्यमा अवरोध । मनना कैरी शंका बढ्ने ।

मिथुन का कि कु घ ङ छ के को हा
भाईबैनीबाट सहयोग । धन कमाउने दिन ।

कर्कट चु चे लो ला लि लँ ले लो अ
रिसले काम रोकिने । आयमा वृद्धि ।

सिंह मा मि मु मे मो टा टि टु टे
पढार्जमा बाधा । आयमा कमी ।

कन्या टो प पी पँ ष ण ठ पे पो
पीडाबोध हुने । सामान्य लाभ ।

तुला हि हु हे हो डा डि डु डे डो
वैदेशिक लगानी हुन सक्ने । आफन्तसँग विवाद ।

वृश्चिक तो ना नि नँ ने नो या यि यु
पढार्जमा सफल । धर्ममा रुचि ।

धनु य यो भा भी भे भ धा फा ढ भे
कारोबारमा सफल । बुबाको सहयोग ।

मकर भो जा जी खि खु खे खो गा गी
परोपकारको काम गर्नुपर्ला । कम्मरमा केही समस्या ।

कुम्भ गे गे गो सा सी सँ से सो द
स्वास्थ्यमा समस्या । आफन्तसँग विवाद ।

मीन दि दु थ झ ञ द दे दो चा ची
गिज्रबाट सहयोग । व्यापारबाट लाभ ।

कफी उत्पादनको नयाँ 'हब' बन्दै कोशी

दमक/ अनुकूल हावापानी र विस्तार हुँदै गएको व्यावसायिक खेतीका कारण कोशी प्रदेश आगामी पाँच वर्षभित्र मुलुककै प्रमुख कफी उत्पादन केन्द्र बन्ने दिशामा अघि बढेको छ। राष्ट्रिय चिया तथा कफी विकास बोर्ड र सरोकारवालाहरूको तथ्याङ्कअनुसार हाल देशको कुल कफी उत्पादनमा करिब २० प्रतिशत योगदान पुऱ्याइरहेको कोशी प्रदेशले पाँच वर्षभित्र आफ्नो हिस्सा उल्लेख्य वृद्धि गरी देशकै मुख्य कफी 'हब' बन्ने सम्भावना देखाएको हो।

कफी उत्पादक संघ कोशीका अध्यक्ष भोजराज प्रधानका अनुसार पछिल्ला वर्षहरूमा पूर्वका पहाडी जिल्लाहरूमा कफी खेती तीव्र गतिमा विस्तार भइरहेको छ। आर्थिक वर्ष २०७९-८० मा ९३७ हेक्टरमा सीमित कफीको क्षेत्रफल चालु आर्थिक वर्ष ०८१-८२ सम्म आइपुग्दा १ हजार ७३५ हेक्टर पुगेको छ। त्यस्तै, उत्पादन पनि ६३ मेट्रिक टनबाट बढेर १२८ मेट्रिक टन (ग्रिन बिन्स) पुगेको छ। हाल कोशी प्रदेशका इलाम, धनकुटा, पाँचथर, सङ्खुवासभा, भोजपुर, खोटाङलगायत १२ भन्दा बढी जिल्लाका करिब ५ हजारभन्दा बढी किसान कफी खेतीमा जोडिएका छन् भने अप्रत्यक्ष रोजगारी २५ हजार भन्दा बढी सिर्जना भएको छ। क्षेत्रफल र उत्पादन दुवैका हिसाबले इलाम प्रदेशको प्रमुख कफी उत्पादक जिल्ला बनेको छ।

किसानको धान खरिद प्रक्रिया सुरु

इटहरी/ सरकारले किसानबाट धान खरिद प्रक्रिया अघि बढाएको छ। खाद्य व्यवस्था तथा व्यापार कम्पनी लिमिटेडको महेन्द्रनगर शाखाले पहिलो चरणमा मोटा धान प्रतिक्विन्टल ३ हजार ६६० रुपैयाँका दरले खरिद गर्ने भएको हो।

प्राथमिक खरिद समितिको निर्णयअनुसार किसानलाई कात्तिक १९ र २० गते धान बिक्रीका लागि कुपन वितरण गरिनेछ। कुपन लिएका किसानले तोकिएको मितिमा गुणस्तर मापदण्ड पूरा गरेको धान कम्पनीको महेन्द्रनगरस्थित गोदाममा ल्याउनुपर्नेछ।

कम्पनीले कात्तिक २७ गते देखि सार्वजनिक बिदाबाहेकका दिनमा धान तौलने जनाएको छ। एक किसानबाट अधिकतम ३० क्विन्टलसम्म धान खरिद गरिनेछ। कम्पनीका अनुसार बिक्रीका लागि ल्याइने धानमा पराल, भुस, पोकोटा, माटो तथा दुङ्गा मिसिएको हुनुहुँदैन। धानको नमुना परीक्षण गरी गुणस्तर पुष्टि भएपछि मात्रै खरिद गरिनेछ। कुपनमा तोकिएको मितिबाहेक अन्य दिन धान तौल नगरिने कम्पनीले जनाएको छ।

कुपन लिन किसानले नागरिकताको प्रतिलिपि, जग्गाधनी प्रमाणपुर्जाको प्रतिलिपि तथा आवश्यकता अनुसार स्थानीय तह वा वडा कार्यालयको सिफारिस पेस गर्नुपर्नेछ। खरिद गरिएको धानको भुक्तानी सम्बन्धित किसानको बैंक खातामा जम्मा गरिनेछ।

कृषि, वन तथा पर्यावरण मन्त्रालय र उद्योग, वाणिज्य तथा आपूर्ति मन्त्रालयबीच गत असोज २९ गते भएको छलफल तथा समन्वयपछि धान खरिद प्रक्रिया अघि बढाइएको हो। महेन्द्रनगर बाट सुरु गरिएको खरिद कार्यक्रम क्रमशः अन्य जिल्लामा समेत विस्तार गर्ने सरकारको तयारी छ।

पत्रकार*.....त्यस्तै संसदमा प्रतिवादको वातावरण सिर्जना गर्न सांसदहरुसँग बहस पैरवी गर्ने, प्रेस तथा अभिव्यक्ति स्वतन्त्रता पक्षधर अन्तर्राष्ट्रिय निकायलाई ध्यानाकर्षण गराउने, जेनजी अगुवाहरूसँग अन्तर्क्रिया गर्ने लगायतका निष्कर्ष निकालिएको महासङ्घले जनाएको छ।*

कार्यक्रममा प्रेस काउन्सिलका पूर्व अध्यक्ष राजेन्द्र दाहाल, महासङ्घका पूर्व अध्यक्षहरू धर्मेन्द्र झा, शिव गाउँले, डा. महेन्द्र विष्ट, वरिष्ठ उपाध्यक्ष दीपक आचार्य, उपाध्यक्ष नितु पण्डित, महासचिव राम प्रसाद दाहाल, सल्लाहकार रमेश विष्ट, नेपाल बार एसोसिएसनका अध्यक्ष डा.विजय मिश्र, राष्ट्रिय सूचना आयोगका पूर्व अध्यक्ष डा. सुरेश आचार्य, प्रेस चौतारीका अध्यक्ष गणेश पाण्डे, प्रेस सेन्टरका अध्यक्ष कमल गिरी, वरिष्ठ पत्रकार वबिता बस्नेत लगायतले आआफ्ना धारणा राखेका थिए।

माईखोला*..... साथ नयाँ खेतीमा जुटौं ।" उनले भारतीय बजारबाट ९० केजी बदामको बीउ ल्याएर सुरूमा पाँच कट्ठा क्षेत्रफलमा बदामको परीक्षण खेती गरेका थिए । बाली सप्रिएपछि उत्साहित बनेका अग्रवालले हाल खेतीको क्षेत्रफल बढाएर दुई बिगाहा पुऱ्याएका छन् ।*

पहाडी क्षेत्रमा हुँदैं आएको बदाम खेती झापा जस्तो तराई क्षेत्रमा फस्टाउनु अनौठो भएको छ । तर, कृषि प्राविधिकहरुले तराई क्षेत्रमा बदाम फल्छ भनेर दिएको सल्लाहलाई उहाँले परीक्षणबाटै साबित गरे ।

धान वा अन्य परम्परागत बालीभन्दा बदाम खेतीबाट राम्रो फाइदा लिन सकिने उनको अनुभव छ । जेठ महिनामा रोपिएको बदाम कात्तिक महिनामा फलेपछि उनलाई आहिले बाली मित्र्याउने चटारो छ । बदाम लहरे बाली हो । उनले यस पटक बदाम बिक्री गरेर राम्रो आम्दानी हुने बताए ।

खुकुलो, हलुका र बलौटे-दोमट माटो भएकाले तराईको न्यानो मौसम बदाम उत्पादनका लागि उपयुक्त मानिने झापा गाउँपालिकाका कृषि प्राविधिक रीता बर्देवाले बताइन् । स्वादका लागि मात्र नभई स्वास्थ्यका दृष्टिकोणले बदाम अति नै गुणकारी मानिन्छ ।

ठूलो ट्याङ्कीमा कम्प्रेसर प्रविधियुक्त

झापा सेफ्टी ट्याङ्की तथा ढल सरसफाई

दमक :
देवीप्रसाद सिटौला
(९८४२७६०२६५/९८२४९७९१८५)



बिर्तामोड:
राजकुमार श्रेष्ठ
९८०६०१०८९०

बंगालादेश र चीनबीच सहकार्यको समझदारी

एजेन्सी/ बंगालादेश र चीनबीच पूर्वाधार, यातायात, ऊर्जा, उद्योगलगायत विभिन्न क्षेत्रमा लगानी तथा आर्थिक सहकार्य विस्तार गर्ने समझदारीपत्रमा हस्ताक्षर भएको छ।

बंगालादेशका प्रधानमन्त्री तारिक रहमानको उपस्थितिमा बिहीबार बागेरहाट जिल्लाको मोङ्लामा उक्त समझदारीपत्रमा हस्ताक्षर भएको हो। बंगालादेशको लगानी प्रवर्द्धन संस्था 'इन्भेस्ट बंगालादेश' र चीनको चाइना रेलवे कन्स्ट्रक्सन कर्पोरेसन (सीआरसीसी) बीच समझदारी भएको हो।

समझदारीपत्रमा इन्भेस्ट बंगालादेशका औद्योगिक क्षेत्र विभागका सदस्य सालेह अहमद र चिनियाँ पक्षबाट चाइना सिभिल इन्जिनियरिङ कन्स्ट्रक्सन कर्पोरेसनका अध्यक्ष ली चोङ्याङले हस्ताक्षर गरेका थिए। कार्यक्रममा इन्भेस्ट बंगालादेशका अध्यक्ष अशिक चौधरी र सीआरसीसीका अध्यक्ष दाइ हेगेन पनि उपस्थित थिए।

समझदारीअनुसार बंगालादेशमा पूर्वाधार, यातायात, रसद व्यवस्थापन, उद्योग, ऊर्जा, वातावरण संरक्षण र सीप विकासलगायत क्षेत्रमा लगानीका अवसर विस्तार गरिनेछ। यसले दुई देशबीच आर्थिक सम्बन्ध थप सुदृढ बनाउनुका साथै बङ्गलादेशमा चिनियाँ लगानी आकर्षित गर्न सहयोग पुग्ने अपेक्षा गरिएको छ।

समझदारीपत्रमा हस्ताक्षरपछि प्रधानमन्त्री रहमानले चिनियाँ प्रतिनिधिमण्डलसँग छलफल गर्दै बंगालादेशमा थप लगानी गर्न चिनियाँ कम्पनीहरूलाई आग्रह गरे।

बंगालादेशको आर्थिक विकासमा योगदान पुऱ्याउँदै आएका चिनियाँ लगानीकर्ताप्रति आभार व्यक्त गर्दै प्रधानमन्त्री रहमानले मध्यपूर्वमा चिनियाँ कम्पनीमार्फत बंगालादेशी कामदारले रोजगारीका अवसर पाएकोमा पनि धन्यवाद दिए।

चिस्यान केन्द्रबाट फूल बरामद

मोरङ/ भारतबाट भन्सार छलेर भित्र्याइएका सयपत्री फूल सीमामै नियन्त्रण हुन नसक्दा नेपालका चिस्यान केन्द्रसम्म पुग्ने गरेका छन्। तिहारलाई लक्षित गरी ठूलो परिमाणमा भारतीय फूल नेपाल भित्रिने र गोदाममा भण्डारण गरिसकेपछि मात्रै सुरक्षा निकायले बरामद गर्ने गरेको घटनाले सीमा निगरानीमाथि प्रश्न उठाएको छ।

बुधबार मात्रै सशस्त्र प्रहरी बल नेपाल नम्बर ३८ रिजर्भ गण झापाको टोलीले मोरङको कानेपोखरीबाट १५ लाख ६० हजार रुपैयाँ बराबरको फूल बरामद गरेको छ। कानेपोखरीस्थित साना किसान सहकारी संस्थाको चिस्यान केन्द्रमा भन्सार छलेर ल्याइएको फूल भण्डारण गरिएको सूचनाका आधारमा गणपति सशस्त्र प्रहरी उपरीक्षक दिनेश बस्नेत आफैं टोलीसहित पुगेका थिए।

सीमावर्ती क्षेत्रमा सशस्त्र प्रहरी र नेपाल प्रहरी परिचालित भए पनि अवैध रूपमा भित्रिएका फूल गोदामसम्म पुगिसकेपछि मात्रै कारबाही हुने गरेको छ। यसरी बरामद गरिएका फूल तथा माला नष्ट गर्दा नेपाली व्यवसायीको लाखौं रुपैयाँ बराबरको लगानीसमेत जोखिममा पर्ने गरेको छ।

तिहारलाई लक्षित गरी नेपाली किसानले सयपत्री फूलखेतीमा लाखौं रुपैयाँ लगानी गरेका छन्। स्वदेशमै व्यावसायिक फूलखेती विस्तार भइरहेका बेला भारतबाट सस्तो मूल्यमा अवैध रूपमा भित्रिने फूलले नेपाली उत्पादनको बजार प्रभावित गर्ने चिन्ता बढेको छ। लक्ष्मीपूजाको करिब दुई साताअघिदेखि नै भारतीय फूल नेपाल ल्याएर चिस्यान केन्द्रमा भण्डारण गर्ने र तिहारमा बिक्री गर्ने गरिएको सरोकारवालाको भनाइ छ।

सशस्त्र प्रहरी बलका प्रवक्ता सशस्त्र प्रहरी नायब महानिरीक्षक नेत्रबहादुर कार्कीले खुला सीमा र सुस्खा याममा खेतबारी खुला रहने अवस्थाका कारण फूलको अवैध आँसारपसार हुने गरेको बताए। उनका अनुसार सीमावर्ती क्षेत्रमा टाउकोमा फूलका पोका बोकेर ल्याउने र विभिन्न स्थानमा जम्मा गर्दै ठूलो परिमाण बनाउने गरिएको हुन सक्छ।

सवारी*..... घाइतेहरूको बीएण्डसी अस्पतालमा उपचार भइरहेको छ। त्यस्तै कमलमा स्कूल बसको ठक्करबाट मोटरसाइकलमा सवार एकजनाको मृत्यु भएको छ।*

गंगा ट्राभल्स एण्ड टुर्स

हाम्रा सेवाहरू:
➢ राष्ट्रिय तथा अन्तराष्ट्रिय सस्तोमा हवाई टिकट
➢ भारतका लागि रेल, बसको टिकट
➢ वैदेशिक रोजगारीको लागि श्रम स्वीकृति
➢ दुर प्याकेज तथा मनि ट्रान्सफर(IME)को सुविधा

Pre-Purchased fare"Ktm to Doha, Dubai, Kuwait "UAE Visit Visa available

CASH BACK OFFER
RS. 100 -5000
9842645136

ARE YOU GOING TO INDIA?
SPECIAL PRE PURCHASE TO INDIA
INDIGO, SPICE JET, AIR INDIA, AKASA

GANGA TRAVEL AND TOURS
EMAIL ID: gangatravel36@gmail.com
WHAT'S UP : 9842645136 / 023-575311
LOCATION : DAMAK 5 JHAPA BELDANGI ROAD

इटहरीमा नेपथ्यको पहिलो कन्सर्टमा १० हजार दर्शक

सुनसरी/ पहिलोपटक इटहरीमा सांगीतिक प्रस्तुति दिएको नेपाली सांगीतिक क्षेत्रको चर्चित ब्यान्ड नेपथ्यको कन्सर्टमा करिब १० हजार दर्शक सहभागी भएका छन्। बुधबार साँझ इटहरी रंगशालामा आयोजित 'नेपथ्य लाइभ इन कन्सर्ट-२०२६' मा दर्शकको उल्लेख्य उपस्थिति देखिएको हो।

नेपथ्यको पहिलो इटहरी कन्सर्ट नै अन्तिम हुन सक्ने चर्चा चलिरहेका बेला आयोजित कार्यक्रममा इटहरीसहित पूर्वी नेपालका विभिन्न जिल्ला तथा भारतको सिक्किम र दार्जिलिङबाट समेत दर्शक आएका थिए। यद्यपि, भविष्यमा इटहरीमा पुनः प्रस्तुति नदिने विषयमा ब्यान्डले औपचारिक घोषणा गरेको छैन।



पूर्वाञ्चल इभेन्ट्स प्रालिको आयोजनामा भएको कन्सर्टका लागि ८ हजार ५०० टिकट बिक्री भएको र थप १ हजार ५०० पास वितरण गरिएको आयोजकले जनाएको छ। टिकट र पासमार्फत करिब १० हजार दर्शकले प्रत्यक्ष सांगीतिक प्रस्तुति हेरेका थिए।

बुधबार साँझ करिब ६ बजे नेपथ्यका मुख्य गायक अमृत गुरुङ स्टेजमा उक्लिँदा दर्शकको हुटिङ र तालीले रंगशाला गुञ्जिएको थियो। नमस्ते इटहरी, नमस्ते कोशी प्रदेश भन्दै दर्शकलाई अभिवादन गरेका उनले एकपछि अर्को लोकप्रिय गीत प्रस्तुत गरे।

गुरुङले 'गाउँ गाउँबाट उठ, बस्ती बस्तीबाट उठ', 'सुन सुन साइँली', 'कर्णाली', 'पोखरा बजार', 'मुक्तलाड जाऊँला र रुकुम लगायतका गीत गाएका थिए।

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

कर्मचारी आवश्यकता

झापा टाईम्स अनलाईन, साप्ताहिक पत्रिकाका लागि केही कर्मचारीको आवश्यकता परेको हुँदा इच्छुक व्यक्तिहरुले देश भरिबाट अनलाइन सम्वाददाता, विज्ञापन एजेन्सी र झापा टाइम्स साप्ताहिक पत्रिकाको निम्न ठेगानामा आइपुग्ने गरी आफ्नो CV पठाउनु होला।

झापा टाईम्स
अनलाईनका लागि देशैभरि सम्वाददाता

साप्ताहिक पत्रिकाका लागि
हेड अफिस झापामा
• कम्प्युटर डिजाइनर र नेपाली र अंग्रेजी टाइप गर्न जान्ने २ जना • व्यवस्थापक-१ जना
• समाचार सम्पादक, समाचार सिर्जना गर्न सक्ने १ जना

सम्पर्क : ९८४१७६०३१३/९८०३८५०९०७

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 सहयतालै यहाँ हरेक समस्याको सरल ढंगले समाधान गरिन्छ।

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

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

◆ प्रधान सम्पादक/प्रकाशक: गज्जबहादुर दाहाल, ◆ कार्यकारी सम्पादक: खमेन्द्र कार्की ◆ सहसम्पादक: विमल लामिछाने ◆ बजार व्यवस्थापक: केशव खनाल ◆ लेआउट: सुरेन बस्नेत

कार्यालय: दमक-५, झापा, फोन: ०२३-५६०२६२, मुद्रण: ज्योति अफसेट प्रेस, E-mail:purbasandesh@yahoo.com

स्वच्छ.....

कार्यालय भवनलगायतका भौतिक संरचना निर्माण गरिनेछन् जसको कुल लागत ८० करोड रूपैयाँभन्दा बढी रहेको छ। साथै, संघीय खानेपानी तथा ढल व्यवस्थापन आयोजना विराटनगरसँगको सहकार्यमा २ सेट प्रेसर फिल्टर, २ स्थानमा बोरिङ र २५ सय मिटर पाइप विस्तारसम्बन्धी २ करोड ७९ लाख ५६ हजार रूपैयाँ लागतको काम सम्पन्न भइसकेको विवरण पनि सभामा पेस गरिएको छ।

स्थापनाकालदेखि हालसम्म वार्ड नं. १, २, ४, ५, ६, ७, ८ र ९ मा कुल १४,८०३ धारा जडान भइसकेका छन्। आर्थिक विवरणतर्फ, गत आर्थिक वर्ष २०८२/०८३ मा संस्थाको कुल आम्दानी ८ करोड ३५ लाख ४५ हजार ३७८ रूपैयाँ ६९ पैसा र कुल खर्च ६ करोड ९८ लाख ३८ हजार ५३१ रूपैयाँ १ पैसा भई १ करोड ३७ लाख ६ हजार ८४७ रूपैयाँ ६८ पैसा खुद बचत भएको देखाइएको छ। हाल संस्थाको बैक मौज्दात १६ करोड ७७ लाख २१ हजार १७५ रूपैयाँ ०४ पैसा रहेको छ।

आगामी आर्थिक वर्ष २०८३/०८४ का लागि संस्थाले १३ करोड ७८ लाख ३९ हजार रूपैयाँको अनुमानित बजेट पेस गरेको छ, जसमध्ये एडीबीद्वारा सञ्चालन हुने खानेपानी विस्तार योजनाका लागि सञ्चित कोषबाट ५ करोड रूपैयाँ विनियोजन गरिएको छ। अध्यक्ष न्यौपानेले संस्थालाई थप प्रविधिमैत्री र जनउत्तरदायी बनाउँदै उपभोक्ताको घरदैलोमा गुणस्तरीय सेवा पुऱ्याउन संस्था सदैव प्रतिबद्ध रहेको बताएका छन्।

कार्यक्रममा संस्थाका पदाधिकारी, सदस्यहरू, लेखा समितिका सदस्यहरू, सल्लाहकार हरू, कर्मचारीहरू लगायतको उपस्थिति रहेको थियो।