स्वच्छ र स्वतन्त्र पत्रकारिताको प्रतिक

नव जनचेतना

NAWA JANACHETANA NATIONAL DAILY राष्ट्रिय दैनिक

'कबडडी' जोडी दयाहाङ राई र रिश्मा गुरुङ लामो समयदेखि फेरि एकसाथ फिल्ममा देखिँदैछ। फिल्म 'रिमै'मा उनीहरुको सहकार्य जुरेको हो। मंगलबारबाट फिल्मको छायांकन सुरु गरिएको छ। गोरखाको सिरानचोकमा मुहूर्त गरेपछि फिल्मको छायांकन थालिएको निर्देशक खिल बहादुर गुरुङले जानकारी दिए। दयाहाङ र रिश्माले मुहूर्त सट दिएका थिए। अबको एक महिनासम्म गोरखाको वीरवल घले, लगायतको पनि अभिनय रहनेछ।

आजको विचार...

सुधारौं...
(दुई पेजमा)

प्रा. देवीभक्त ढकाल

फिल्म 'पूर्णबहादुरको सारङ्गी' ले प्रदर्शनको तेस्रो सातामा पनि आक्रमक कमाई गरिरहेको छ। अहिले ३०० भन्दा धेरै शोसहित प्रदर्शनरत फिल्मले नेपाली बक्स अफिसमा आम्दानी ३६ करोड पुर्याउन सफल भएको छ। वितरण कम्पनी ब्यांकटेस इन्टरटेनमेन्टले १८ दिनमा फिल्मले ३५ करोड ९६ लाख रुपैयाँ कमाएको बताएको छ। आइतबार मात्रै फिल्मले १ करोड ६० लाख ग्रस गरेको थियो। फिल्मले बाबुले छोराको भविष्यका लागि गर्ने संघर्ष र त्यागको कथा उठाएको छ।

❒ वर्ष ३० ❒ अंक ११७ ❒ २०८१ मंसिर ५ गते बुधबार 20 November 2024, Wednesday ❒ पृष्ठ संख्या ४ मूल्य रु ५/-

संक्षिप्त समाचार

पाकिस्तान आक्रमणमा आठको मृत्यु

(रासस/एएफपी)
पेसावर(पाकिस्तान), मंसिर ४/उत्तरपश्चिम पाकिस्तानमा भएको आक्रमणमा आठ जना सैनिकको मृत्यु हुनुका साथै सात जना प्रहरी अपहरणमा परेको प्रहरी तथा गुप्तचर अधिकारीलाई उदृत गर्दै एएफपीले मंगलबार जनाएको छ । खैबर-पख्तुनख्वा प्रान्तको तिराह क्षेत्रमा भएको झडपमा 'आठ सैनिक' र 'नौ आतङ्कवादी' मारिएको एकजना गुप्तचर अधिकारीले नाम न छाप्ने सर्तमा बताएका छन् । पाकिस्तानी तालिबान (टिटिपी) ले यस घटनाको जिम्मेवारी लिएको छ । तालिबानले प्रान्तमा भएको छुट्टै आक्रमणमा, एउटै चौकीका 'सात जना प्रहरी अधिकारीहरू अपहरण गरेको वरिष्ठ प्रहरी अधिकारीले बताएका छन् । अधिकारीका अनुसार 'आक्रमणकारीहरूले अधिकारीहरूका हात हतियारहरू पनि जफत गरेका थिए । अफगानिस्तानसँगको सिमानामा टिटिपीको आक्रमण बढेको बताउदै प्रहरी अधिकारी मुहम्मद जिया उद-दिनले घटनाको पुष्टि गरेका छन् । तालीवान समूहले अक्टोबर-२५ मा दश जना प्रहरी अधिकारीहरूको हत्या गरेको थियो । यस अघि प्रान्तीय राजधानीको रेल स्टेसनमा सोही समूहले गरेको बम विस्फोटमा-१४ जना सैनिकसहित २६ जनाको मृत्यु भएको थियो भने एक हप्तापछि शनिबार पाकिस्तानको दक्षिणपश्चिम बलुचिस्तान प्रान्तमा उनीहरुले सात जना सैनिकको हत्या गरेका थिए ।

पौदेली न्वागी पर्वको उत्साह

यस्तो छ परम्परा

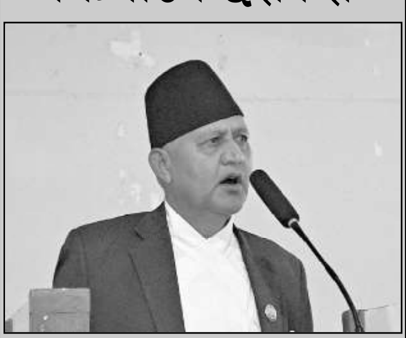
हाम्रा संवाददाता
गुल्मी, मंसिर ४/न्वागी पर्व ठाउँअनुसार फरक-कर तरिकारले मनाउने गरिन्छ । न्वागीको आफ्नै महत्व र विशेषता रहे पनि नेपालमा जाति, क्षेत्र र समुदायअनुसार मनाउने चलन छ ।

गुल्मी र बागलुङको सीमामा पर्ने पौँदी क्षेत्रमा पनि न्वागी पर्व उतसवका रूपमा मनाउने गरिन्छ । पौँदेलीले १७ औं शताब्दीदेखि मनाइँदै आएको न्वागी वर्ष यस वर्ष निकै उत्साहका साथ मनाइएको छ । यही मंसिर १ गते निकालिएको शुभसाइतअनुसार सोमबार बिहान ९:३७ बजे पश्चिम फर्केर न्वागी खाइएको थियो । हरेक वर्ष पौँदेलीहरुले न्वागीको अवसरमा साता दिनसम्म विविध कार्यक्रमको आयोजना गर्ने गर्छन् । वर्षेनी धानबाली भित्र्याएपछि मंसिरमा यो पर्व मनाइने गरिन्छ । नयाँ चामलमा दही, केरा, सिलाम र चिनी मिसाएर न्वागी बनाई खाने प्रचलन रहि आएको छ । ज्योतिषले निकालेको शुभमूर्हत अनुसार न्वागी खाएपछि पर्वको सुरुआत गर्ने गरिन्छ । गुल्मीको मुसीकोट नगरपालिकाको नेटा, पौँदीअमराई,

इस्मा र बागलुङको बडिगाड गाउँपालिकाको ग्वालीचौर, जलजला र दगामा एकै समयमा न्वागी खाने परम्परा रहेको छ । कर्णाली राज्य टुक्रिएर १५औं शताब्दीतिर इस्मा राज्यअन्तर्गत परेपछि पौँदी क्षेत्रमा न्वागी खाने पर्व सुरु भएको मानिन्छ । पौँदी क्षेत्रमा धानखेती धेरै हुने भएकाले तत्कालीन राजा/रजौटाले न्वागीको परम्परा बसालेको पुराना पुस्ता बताउँछन् । तत्कालीन गलकोट र पर्वत राज्यका सहयोगमा इस्मा राज्यले जुम्ला राज्यको विस्तार अभियानलाई रोकेको हुनाले पौंदी मौजा राजनीतिक महत्वको रहेको र यसै खुसीयालीमा न्वागी पर्व मनाउन थालिएको स्थानीय भानुभक्त पौडेलले बताए । 'बागलुङको ग्वालीचौर, गुल्मीको अरेवा, अमराईलगायत पौँदीवासीको खेतमा धान पाकेपछि कात्तिकको पहिलो हप्ता मुसिकोटको छत्रकोटका पुजारी, स्थानीय र जनप्रतिनिधिको रोहवरमा मुठी लिने (धान काट्ने) र न्वागी खाने मिति हेराइने चलन छ', उनले भने । स्थानीयवासीको भनाइमा तत्कालीन इस्मा राज्यका राजाले सय मुरी धान फल्ने खेतको गुठी बनाएका थिए । छत्रगुठीका रूपमा रहेको उक्त खेतमा उब्जाउ भएको धानलाई भित्र्याएपछि पहिलो परिकारस्वरुप न्वागी बनाएर खाने प्रचलनको सुरुआत भएको मानिन्छ । पछि त्यस क्षेत्रका सबै बासिन्दाले धानबाली स्याहारेपछि न्वागी खाने संस्कार बसालेका हुन् । आफन्त, इष्टमित्रलाई समेत घरमा निम्ता गरेर न्वागी खुवाउने चलन रहेको छ । पाहुनालाई सुरुमा न्वागी चखाएपछि नयाँ चामलकै भात र अन्य परिकार खुवाउने गरिन्छ ।

धानखेत नभएकाले पनि न्वागी खाएर पर्व मनाने गरेका छन् । न्वागी पर्वकै अवसर पारेर बडिगाड गाउँपालिका-५ ग्वालीचौरमा सोमबारदेखि परम्परागत न्वागी मेला चलिरहेको छ । यो मेला शनिबार सकिदै छ ।

लुम्बिनी प्रदेशमा लगानी भित्र्याउन छलफल



लुम्बिनी, मंसिर ४/मुख्यमन्त्री चेतनारायण आचार्यले प्रदेशको आर्थिक विकाससँग जोडिएका महत्वपूर्ण आयोजनामा लगानी भित्र्याउन दातृ निकायसँगको छलफललाई तीव्रता दिएका छन् । मुख्यमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषद्को कार्यालय राप्ती उपत्यका देउखुरीमा मंगलबार ब्रिटिस राजदूतावासका आर्थिक विभाग प्रमुख साम फेलको नेतृत्वमा रहेको टोलीसँग छलफल गर्दै प्रदेशको आर्थिक विकाससँग जोडिएका महत्वपूर्ण आयोजनामा लगानी गर्न मुख्यमन्त्री आचार्यले आह्वान गरे । सरकारले लगानीको वातावरण बनाउने भएकाले ढुक्क भएर प्रदेशका योजनामा साझेदारी गर्न उनले अनुरोध गरेका छन् । **-बाँकी अन्तिम पेजमा...**

आज विश्व बाल दिवस, विभिन्न कार्यक्रम गरी मनाइँदै

पाल्पा, मंसिर ४/आज विश्व बालदिवस नेपालसहित विश्वभर विभिन्न कार्यक्रमहरुको आयोजना गरी मनाइँदैछ । नेपालमा बालअधिकारको क्षेत्रमा क्रियाशिल सामाजिक संघसंस्थाहरुले विभिन्न कार्यक्रमहरु गरी यो दिवस मनाउन लागेका हुन् ।

सन् १९८९ नोभेम्बर २० मा संयुक्त राष्ट्रसंघले बाल अधिकार सम्बन्धी महासन्धि पारित गरेको हुनाले हरेक बर्ष नोभेम्बर २० का दिन विश्व बाल दिवस मनाइन्छ । नेपालले संयुक्त राष्ट्रसंघीय बाल अधिकार सम्बन्धी महासन्धिलाई सन् १९९० मा हस्ताक्षर गरेको थियो । बाल अधिकार महासन्धि पारित भएपछि बालबालिकाहरूको अधिकार संरक्षणका लागि विश्वव्यापी सुनिश्चितता प्राप्त भएको थियो । नेपालले बाल अधिकार सम्बन्धी महासन्धिमा हस्ताक्षर गरेर आफ्नो प्रतिवद्धता पूरा गरेपनि बाल अधिकारको अवस्थामा भने सोचेजस्तो परिवर्तन देखाउन सकेको छैन । बाल अधिकार सम्बन्धिका अन्य प्रतिबद्धताहरूको समूचित कार्यान्वयन हुन सकेको छैन । बालअधिकार

संरक्षण, प्रवर्द्धन र परिपूर्तिको सन्दर्भमा नेपाल सरकारले अधिकारप्राप्त निकायहरुबाट प्राप्त गरेका सिफारिसहरुलाई समयमै कार्यन्वयन गर्न सकेको छैन । बालबालिकाको क्षेत्रमाकाम गर्ने सरकारी तथा गैरसरकारी संस्थालाई दिवसका दिन भ्याइ-नभ्याई नै हुने गरेको छ । तर बालबालिकाको विकास, सहभागिता र बाल अधिकार संरक्षण कागज र नारामै सीमित छ । उचितस्याहार सुसार, शिक्षा, स्वास्थ्यजस्ता आधारभूत बाल अधिकार पनि बालबालिकाले पाउनसकेका छैनन् । बाल अधिकार हनन् हुन नदिने तीनै तहका सरकारका योजना कार्यान्वयन नहुँदा बालश्रम कायमै छ । सडक बालबालिकाको उद्धार र पुर्नस्थापना पनि कागजमै सीमित छ । बालबालिकामाथि हुने विभिन्न घटना तथा हिंसा अझै पनि उस्तै छन् । सरकारले अहिलेसम्म बालबालिकाको क्षेत्रमा कुनै पनि खास अध्ययन अनुसन्धान गरेको पाईदैन । बरु उसले प्रत्येक वर्ष सार्वजनिक सञ्चार माध्ययममा आएका घटना समेटेर सार्वजनिक गर्दै आइरहेको छ । सरकारी तथ्याङ्क भन्दा धेरै घटना भने अझै समाजबाट बाहिर आउन सकेका छैनन् । तर पनि सार्वजनिक भएका तथ्याङ्कलाई हेर्दा चिन्ताजनक अवस्था रहेको पाइन्छ । बालश्रम, बलात्कार, मृत्यु, बाल विवाह, हत्या, बेचविखन तथा ओसार-प्रसार, कुपोषण, गर्भपतन, आत्महत्या, अपहरण र शारीरिक सजाय जस्ता बालबालिकासम्बन्धी घटनाहरु हुने गर्दछन् ।

पा.जि.हु.द.नं. ०५१/०५२ पा.जि.प्र.का.द.नं. १९/०५१/०५२

नवजनचेतना
NAWA JANACHETANA NATIONAL DAILY

सम्पादकीय

बाल दिवस र यसको सार्थकता

प्रत्येक वर्षको नोभेम्बर २० तारिखका दिन अन्तर्राष्ट्रिय बाल दिवस मनाइन्छ । आज यस वर्षको दिवस नेपालसहित विश्वभर विभिन्न कार्यक्रम गरी मनाईंदै छ । मूलतः सन् १९८९ मा संयुक्त राष्ट्रसंघबाट पारित भएको बालअधिकार सम्बन्धी महासन्धि सन् १९९० सेप्टेम्बर १४ का दिन नेपालले अनुमोदन गरेपछि नेपालमा समेत विधिवत् रुपमा बालअधिकार अभियानको सुरुवात भयो । त्यही लहरबाट नेपालमा पहिलोपटक बालबालिकासम्बन्धी ऐन २०४८, नियमावली २०५१ लगायत थुप्रै ऐन, नीति, नियम र कार्य योजनाहरू आयो ।

बालबालिकाको अधिकार र संरक्षणका लागि सरकार तथा वयस्कहरुले प्रण गर्ने, सरकार तथा सरोकारवालाहरुले आफुले गर्ने कार्यहरुलाई व्यवस्थित गर्ने तथा देशलाई नेतृत्व प्रदान गर्ने बालबालिकाको लागि गरेका कार्यहरुको समीक्षा र नयाँ योजना सुरुवात गर्ने दिनको रुपमा आजको दिनलाई लिने गरिन्छ । बालबालिका प्रकृतिका सुन्दर संरचना हुन, आमाबाबुका सुनौला सपना हुन्, समाज र राष्ट्रका भविष्यका संवाहक पनि हुन् । बालबालिकाविनाको समाज कल्पनासम्म गर्न सकिँदैन । आजका बालबालिका भोलिका आमाबाबुका सहारा र राष्ट्रका कर्णधार हुन् । बालबालिकाहरुको लागि सविधानले थुप्रै अधिकारहरु प्रत्यायोजन गरेको छ । तर ति अधिकारहरु कार्यान्वयन भने हुन सकिरहेका छैनन् । बालबालिकाको शिक्षा, स्वास्थ्य, संरक्षण र सहभागिताको अधिकारलाई व्यवहारमै सुनिश्चित गर्न सकिएको छैन । यो अत्यन्त दुखको कुरा हो । बालदिवस आफैमा एउटा महत्वपूर्ण दिवस हो । भण्डै आधाआधी जनसंख्या ओगटेका बालबालिकालाई मान्यता दिएर बालबालिकाकै दिवसका रुपमा सम्पन्न गर्न खोज्नु राम्रो पक्ष हो । कुनै पनि दिवस आफैमा एउटा परम्पराको रुपमा पनि लिन सकिन्छ । तर नयाँ दृष्टिकोण अपनाएर बालदिवस मनाउनुको औचित्यलाई बुझाउन सक्नुपर्दछ । बालबालिकाको निम्ति चाहिने आधारभुत हकअधिकार वा उनीहरुको संरक्षणको सवालमा कति उपलब्धी हासिल गर्न सक्यौं वा सकेनौं भन्ने पक्षले राष्ट्रिय बालदिवसको औचित्यलाई मापन गर्न सकिन्छ । एक दिन दिवस मनाउँदैमा सबै परिवर्तन भइहाल्छ, समस्या सबै सकिन्छ भन्न त सकिँदैन तर दिवस मनाइने दिनमा सम्बन्धित सबैको ध्यान केन्द्रित रहने, भएका प्रयासको समीक्षा, छलफल गर्ने र नयाँ प्रतिबद्धतासहित कार्यान्वयनमा जाने अवसर पनि हो । सबैलाई घचघच्याउने दिन पनि हो ।

बालदिवस त बालबालिकाले रमाइलो गर्ने, सिर्जनात्मक प्रतिभा देखाउने, खुसी मनाउने दिन पनि हो । बालबालिकाले आफ्नो अस्तित्व र महत्व महसुस गर्ने दिन पनि हो । यसर्थ यस दिवसलाई सोही अनुरुप घर घरमा, परिवार परिवारमा पुगेर मनाउन सकियो भने मात्र दिवस मनाउनुले सार्थकता प्राप्त गर्दछ । अन्यथा दिवस औपचारिकतामै सिमित बन्न पुग्दछ ।

Opinion @ Social Network

सम्बन्धको लागि झुक्नु कुनै ठूलो कुरो हैन,
घाम पनि डुब्ने गर्छ जुनको लागि ।

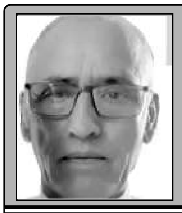
(रेहान कुवरको फेसबुक स्टाटस https://www.facebook.com/Rehan.Kunwar)

यो स्तम्भमा सामाजिक संजालमा पोष्ट गरिएका धारणाहरु राख्नेछौं । यसका लागि हाम्रो फेसबुक पेज www.facebook.com/shittalpati मा लगअन गर्न सक्नुहुनेछ ।

नवजनचेतना दैनिकको रुपमा तपाईसामु आईरहेको छ । यो पत्रिका अझ स्तरीय अनि पठनीय बनाउनको लागि तपाईहरुको अमूल्य सुझावहरुको हामीलाई अत्यन्तै जरुरी छ । पाठकवृन्द तपाईका सुझावहरु दिई हामीलाई सहयोग गर्नुहुन हामी अनुरोध गर्दछौं ।

नवजनचेतना दैनिक
भगवतीटोल तानसेन, पाल्पा

सुधारौं भान्सा : सुध्रन्छ स्वास्थ्य



प्रा. देवीभक्त ढकाल

> *सुस्वास्थ्य र दीर्घजीवन हिजो आशिर्वादका विषय थिए । हिजोको समाजले स्वास्थ्यलाई जीवनशैली बनाउने प्रयत्न गरेको थियो ।*

आजभन्दा पचास-साठी वर्षअघिको नेपालीहरुको भान्सा र आजको नेपालीहरुको किचेनको अवस्थालाई यदि हामीले गम्भीरतापूर्वक तुलना गयौं भने धेरै परिवर्तन पाइन्छ । त्यो परिवर्तन स्वास्थ्य र प्राकृतिक जीवनका लागि सकारात्मक नभएर नकारात्मक भएको विषय रोग र रोगीहरुको संख्यात्मक वृद्धिले पुष्टि गरेको छ । आजका रोग, रोगीहरुको संख्या, हिजोका रोगहरु र रोगीहरुको संख्याको तुलना गर्‍यौं भने भयावह अवस्था छ । हिजो नाम नै नसुनेका रोगका कारण आज धेरै मानिसले मृत्युवरण गरेका छन् । ती रोगहरूको उत्पत्ति हाम्रै कारणले भएको हो भन्ने विषयमा सचेत हुन जरुरी छ । ती रोगहरुको उत्पत्तिमा विशेषत: गलत जीवनशैली, खानपिनको प्रचलन, किचेनका भाँडाकुँडा साथै बदलिँदो कृषि प्रविधि आदि मुख्य जिम्मेवार छन् । पकाउने आधुनिक भाँडाकुँडाहरुको प्रयोगले नयाँ-नयाँ रोगको उत्पत्ति भएको विज्ञानका आधिकारिक व्यक्तिहरुले स्वीकार गरेको अवस्था छ । रोगको संख्या र रोगीको संख्या बढ्नुको मुख्यकारण आधुनिक कृषि प्रणाली, कृषिकर्ममा अन्धाधुन्ध विषादीको प्रयोग, किचेन, जीवनशैली र स्वास्थ्यप्रतिको मूल्य-मान्यतामा आएको परिवर्तन जिम्मेवार छ भन्नु किमार्थ अन्यथा हुँदैन ।

शरीरमा रोगहरुको प्रवेशको मुख्यकारण गुणस्तरहीन खाद्यवस्तुको सेवन, अप्राकृतिक जीवनशैली, शारीरिक श्रम नगर्ने बानी आदि प्रमुख जिम्मेवार छन् । शारीरिक श्रमको महत्वलाई आत्मसात गर्‍यौं र प्राकृतिक रूपमा शरीरलाई अनुकूल हुने खाद्यवस्तु उपभोग गर्‍यौं, प्रेसरकुकर, राइसकुर र माइक्रो ओभनको प्रयोग बन्द गर्‍यौं भने रोगको प्रकोपको सम्भावना निश्चितरूपमा घट्छ । शरीरको स्वास्थ्यका लागि नखाएर जिभ्राको स्वादका लागि खान्छौं । यदि जिभ्रोको स्वादका लागि मात्रै खायौं भने त्यसको नकारात्मक प्रभाव हाम्रो शरीरमा अवश्य पर्छ । स्वाद र सजिलोका लागि बट्टामा बन्द भएका र प्याकिङ गरिएका खाद्यवस्तुको सेवन जुन अनुपातमा वृद्धि भएको छ त्यही अनुपातमा नयाँ रोग देखापरेका छन् । खाना पकाउनलाई सजिलोका दृष्टिकोणले प्रेसर कुकर, राइसकुकर र माइक्रो ओभनजस्ता सामग्रीको प्रयोगले नै अहिले नयाँ-नयाँ रोग भित्रिएका छन् । केही रोगलाई भित्र्याउन फ्रिजको पनि कम भूमिका छैन । यस्ता सामग्री जतिबेला प्रयोगमा थिएनन् मानिसहरु निरोगी थिए । अहिले आधुनिक जीवनशैली, खानपिन र कुकर, माइक्रो ओभनका कारण हर्टअट्याक, क्यान्सर, थाइराइड, सुगर, प्रेसरजस्ता अनगिन्ती रोग भित्रिएका छन् । हाम्रो परम्परागत ढलौट, तामा र फलामका भाँडाकुँडालाई जब सिलौटका भाँडाकुँडा, प्रेसरकुकर, राइसकुकर र माइक्रो ओभन, फ्रिजले विस्थापित गरेर आधुनिक सामग्री भित्रिएसँगै नयाँ रोग भित्रिए ।

नयाँ रोगबाट बच्न यस्ता सामग्रीको प्रयोगबाट पनि बच्नुपर्ने विषयलाई सबैले आत्मसात् गर्नुको विकल्प छैन । सुनका लागि हामीले गल्तीबाट सिक्नुपर्छ । गल्तीबाट जसले सिक्दैन ऊ सुँदैन । जो सुँदैन ऊ स्वस्थ हुँदैन । भान्सा र जीवनशैली साथै वर्तमान स्वास्थ्य प्रतिकूलका गलत मूल्य, मान्यतालाई परिवर्तन गर्नुपर्छ । शारीरिक श्रम गर्ने हिजोको परम्परागत जीवनशैलीमा फर्कने कि धेरै रोगहरुको आश्रयस्थल शरीरलाई बनाउने यसको छनौट गर्नुपर्ने सम्वेदनशील अवस्थामा अहिले नेपाली समाज छ । हिजो हामी श्रम गर्थ्यौं । खाद्यान्न, फलफूल र तरकारीमा हामी आत्मनिर्भर थियौं । खेतीपातीमा विषादीको प्रयोग हुँदैनथ्यो । रैथाने खाद्यान्नहरु उत्पादन हुन्थे । पशुपालनबाट दूध, दही, मही आदि प्राप्त हुन्थ्यो । पशुपालनले कृषि कार्यलाई मल आपूर्तिको व्यवस्था हुन्थ्यो । अहिले आधुनिक बिउ, रसायनिक मल, विषादी आदिको बढ्दो प्रयोग र कृषिकर्मप्रतिको झुकाव र महत्वलाई हामीले चटक्कै बिर्सदा नै अहिले नयाँ रोगहरुको सिकार नेपाली समाज भएको छ । हाम्रो कृषिप्रतिको मान्यतालाई पुन:स्थापित गर्दै आधुनिक जीवनशैली, स्वास्थ्यका लागि प्रतिकूल हुने भाँडाकुँडा, आधुनिक तर स्वास्थ्य प्रतिकूल सामग्रीलाई विस्थापित गर्नुपर्ने अवस्थाको समीक्षा, मूल्यांकन, छलफल बहस, परिवर्तन अहिलेको बढ्दो रोगव्याधिको उत्तम विकल्प हो न कि आधुनिक अस्पताल र रोगलाई केही समय दबाउने औषधि नामका दबाईको आपूर्ति ।

भारतीयले औषधिलाई दबाई भन्छन् । वास्तवमा आधुनिक औषधिहरु औषधि नभएर दबाई हुन् । किनकि यिनीले रोगलाई केही समय दबाउँछन् र फेरि तिनै दबाईका कारण अन्य धेरै रोग उत्पत्ति हुनेभएकाले नयाँ रोगहरुको आगमन भएको हो । शरीरमा खानपिनको नकारात्मक प्रभाव परेको विषयमा सूक्ष्म अध्ययन गर्ने बानी बसाल्यौं भने दैनिक जीवनमा त्यसको स्पष्ट अनुभूति हुन्छ । अन्य अनावश्यक विषयमा समय खर्चन्छौं, तर आफ्नो शरीरको अवस्था, खानपिन, जीवनशैली र शरीरको प्रकृतिको विषयमा अध्ययन खोजजस्ता सर्वाधिक विषयमा समय खर्चदैनौं ? स्वास्थ्यको महत्वलाई यदि हामीले आत्मसात गर्‍यौं भने स्वास्थ्यसम्बन्धी अनुसन्धान र चिन्तनको यदि विकास भयो भने जनस्वास्थ्यको गुणस्तर र अवस्थामा सुधार हुन्छ । अधिकांश नागरिकहरुको जीवनशैली र दृष्टिकोणमा आउने परिवर्तनले मानव स्वास्थ्यमा धेरै परिवर्तन ल्याउँछ । धेरै मानिस निरोगी र स्वस्थ रहने अवस्थाले देशको उत्पादन र उत्पादकत्वमा वृद्धि हुन्छ । विकास र समृद्धिको पूर्वाधार स्वस्थ जनशक्ति हो । शरीर विज्ञानको सामान्यभन्दा सामान्य विषयमा हामीले ध्यान पुर्‍याउन सकेनौं भने विभिन्न प्रकारका रोगको सामना गर्नुपर्ने हुन्छ । रोग लागेर उपचार गर्ने कि रोग नै लाग्न नदिने भन्ने निर्णायक हामी आफैं हौं । रोग के के खाँदा र कसरी खाँदा लाग्छ ? के के कसरी खाँदा लाग्दैन भन्ने विषयमा विशेष ध्यान दिन सके धेरै प्रकारका रोगबाट बच्न सक्छौं । यो सामान्य विषयलाई जब बेवास्ता गर्छौं तब शरीरमा रोगको प्रवेश हुन्छ । हामी खान नपाएर रोगी भएका होइनौं । मुख्यकारण खान नजानेर हो । शरीरमा रोग प्रवेशको अनुमति दिने वा नदिने विषयको छिनोफानो प्राकृतिक जीवनशैली र गुणस्तरीय भोजन हो । हाम्रो भान्सा हो । हाम्रो खानपिनको शैली हो । परम्परागत भान्सा र आधुनिक किचेनको, जीवनशैलीको र हाम्रा मूल्य मान्यताका प्रभावले जनस्वास्थ्यलाई नकारात्मक प्रभाव परेको विषयलाई अब आत्मसात नगरिकन हाम्रो जनस्वास्थ्यको गुणस्तरमा सुधार किमार्थ सम्भव छैन । जनस्वास्थ्यको गुणस्तरलाई सुधार नगर्दा गलत जीवनशैलीको सिकार विश्व मानव भएको तीतो सत्यलाई सबैले आत्मसात गर्दै आफैंले आफैंलाई परिवर्तन गर्ने चुनौती साथै समयको माग र युगको चाहानालाई आत्मसात गर्नुको अर्को विकल्प छैन । विकासको र समृद्धिको पूर्वशर्त भनेको जनताको स्वास्थ्य हो । स्वस्थ नागरिक नै विकास र समृद्धिका आधार हुन् । भान्सा सुधारको अभियानलाई देश विकासको अभियानको पूर्वाधारका रूपमा स्वीकार गरेर आमनेपालीले सुधारको प्रयत्नलाई अविलम्ब व्यवहारमा उतार्नुपर्छ । हिजो हाम्रो भान्सामा ढलौटका कसौंडीमा भात पाक्थ्यो । वीरगञ्जे फलामको ताप्केमा दाल पक्थ्यो । किटको कराहीमा दूध र तरकारी पक्थ्यो । पानी माटोको गाग्रो वा तामाको गाग्रीमा राखिन्थ्यो । खाने थाल चरेसका हुन्थ्ये । पिर्कामा बसेर खानाखाने गरिन्थ्यो । बिहान बेलुकी गाईको गोबरले भान्सा लिप्ने पोत्ने गरिन्थ्यो । फेरि खाद्यान्न, तरकारी आदि रैथाने वस्तुमात्र प्रयोग गरिन्थ्यो । दूध, दही, मोही, घ्यू आदि रैथाने गाईको प्रयोग हुन्थ्यो । रैथाने भान्सा, रैथाने खाद्य वस्तुहरुको प्रयोगका कारण त्यसबखत रोग र रोगीहरुको संख्या कम थियो । अहिले परिस्थितिमात्रै होइन हाम्रो जीवनशैली र मूल्य मान्यता फेरिएको छ । भान्सा सुधारौं । स्वास्थ्य अवश्य सुध्रन्छ । भान्सा सुधार्ने र जीवनशैली बदल्ने विषयवस्तुको सम्बन्ध प्राकृतिक चिकित्सासँग छ । हामी जतिजति प्रकृतिबाट टाढा हुन्छौं जति प्राकृतिक भोजन र प्राकृतिक जीवनशैलीलाई बेवास्ता गर्छौं त्यति रोगको सिकार हुने सम्भावना बढ्छ । हाम्रो भेटघाटमा हुने अन्तक्रिया, छलफल, व्याख्या, विश्लेषणको विषयवस्तु अहिले राजनीति, व्यापार, व्यवसाय आदिमा केन्द्रीकृत छ । हामीले अर्काको अध्ययन, विश्लेषण, व्याख्या गर्ने तर आफ्नो शरीरको प्रकृति, शारीरिक अवस्थाको अध्ययन, अनुसन्धानतर्फ ध्यान किन जाँदैन ? शरीरलाई स्वस्थ कसरी राख्ने ? के खाँदा र कसरी खाँदा शरीरलाई फाइदा हुन्छ ? कुनै पनि विषयलाई प्राप्त गर्न सो विषयलाई अध्ययन, अनुसन्धानमात्रै होइन ती विषय छलफलको, विश्लेषणको र समीक्षाको प्राथमिकतामा पर्नुपर्छ । किन हामी यो विषयमा चुकेका छौं ? समग्र स्वास्थ्य सुधारको प्रयत्न भान्सा र जीवनशैलीबाट सुरु हुनुपर्छ । हाम्रो भेटघाटपछि आरामै हुनुहुन्छ भन्ने विषयले हिजो प्राथमिकता पाएको थियो । सुस्वास्थ्य र दीर्घजीवन हिजो आशिर्वादका विषय थिए । हिजोको समाजले स्वास्थ्यलाई जीवनशैली बनाउने प्रयत्न गरेको थियो । धर्म र परम्परा पनि स्वास्थ्यमैत्री भएको विषय हाम्रो एकादशी, औंसी, माघे संक्रान्ति, छठ, रोजाजस्ता चाडपर्वमा गरिने उपवासले प्रमाणित गरेका विषय हुन् । प्राकृतिक चिकित्सामा उपवास चिकित्सा अत्यन्तै प्रभावकारी र सफल चिकित्सा मानिन्छ ।

हिजोको उपवासको संस्कृतिले पनि मानिसलाई निरोगी हुन विशेष भूमिका खेलेको थियो भने आज हामी उपवास किन नबस्ने ? भान्सा सुधारसँग प्रत्यक्ष सम्बन्धित विषय हो कृषि । हिजोको कृषि पद्धतिमा भएको परिवर्तन प्राकृतिक जीवनमा र जनस्वास्थ्यलाई नकारात्मक प्रभाव पार्ने विषय बने । कृषिको आधुनिकीकरणको नाममा रैथाने कृषि वस्तुको उत्पादन गर्न छोडेकाले पोषक तत्वको कमीको प्रभाव व्यहोर्नु पर्‍यो । आधुनिकताका नाममा स्वास्थ्य प्रतिकूल वस्तुहरुको प्रयोग र जीवनशैलीमा अब पुनर्विचार गर्दै परम्परागत भान्सा, जीवनशैली, प्रविधि र पद्धतिका सकारात्मक पक्षलाई आत्मसात गर्दै वर्तमानमा आधुनिक औषधिको भरमा निष्क्रिय र निरर्थक जीवन जिउने कि खानपिन, भाँडाकुँडा र जीवनशैलीमा परिवर्तन गरेर विनाऔषधि सक्रिय र सार्थक जीवन जिउने यसको छनौट र निर्णायक हामी नै हौं भन्ने विषयलाई व्यवहारबाट आत्मसात किन नगर्ने ? भान्सा सुधारको अभियानले हामीलाई बिस्तारै निरोगी रहने गन्तव्यमा पुर्‍याउँछ । सरकारबाट नागरिकको स्वास्थ्य रक्षाको लागि सक्रिय सहजकर्ताको भूमिका निर्वाह भएन भने विकास र समृद्धि किमार्थ हुँदैन । तसर्थ भान्साको प्रत्यक्ष सम्बन्ध जनस्वास्थ्य, विकास र समृद्धिमा भएको विषयलाई राज्य र नागरिकले गम्भीरतापूर्वक आत्मसात गर्नुको कुनै विकल्प छैन । निर्धक्क भन्न सक्छौं सुधारौं भान्सा अवश्य सुन्छ स्वास्थ्य । अनि किन सुँदैन देश ?

-इहिमालय टाइम्स डटकम

महत्वपूर्ण टेलिफोन

प्रहरी कार्यालय	५४०२०१	रेडक्रस बुटवल ५४१००४	रेडक्रस अर्घाखाँची ०७७-४२०२७५, ४२०११७
बुटवल ०७१-५४०२२२	भिमअस्पताल भैरहवा ०७१-५२०१९३	लायन्स आँखा उ. केन्द्र बुटवल ५४५८४५	रेडक्रस गुल्मी ०८९-५२०१६३
स.प्र.क्याम्प बुटवल ९७४७०४३४६९	मिसनअस्पताल पाल्पा ०७५-५२०१११, ५२०४८९	मेडिटेक अस्पताल ५४९०७२	नेपाल परिवार नियोजन संघ ०७१-५४००८१
बुटवल रामनगर ०७१-५४१२३३	परिवार नियोजन संघ पाल्पा ०७५-५२०७२३	कान्तिपूर डेण्टल हस्पिटल ०७१-५४७८४०	लुम्बिनी नसिङ होम प्रा.लि. ०७१-५४१६४१
भैरहवा ०७१-५२०१९९	पाल्पा जिल्ला अस्पताल ०७५-५२०१५४	आँखा अस्पताल पाल्पा:०७५-५२०३३३, ५२११७९	नेपाल भारतमैत्री समाज मो. ९८४७०२५०९९
अर्घाखाँची ०७७-५२११९९	लुम्बिनी मेडिकल कलेज प्रभास ०७५-४११२०१	रामपुर अस्पताल: ०७५-४००१५४	जनसेवा क्लब नयाँमिल १९५७०२११२४६
गुल्मी ०७९-५२०१९९	पिचन्द्र परासी ०७८-५२०१८८	**एम्बुलेन्स न.**	लुम्बिनी नि.व्या.संघ भैरहवा ६२१०५८
परासी ०७८-५२०१९९	भैरहवा आँखा अस्पताल ०७१-५२०२६५	रोटरी क्लब बुटवल ०७१-५४४६००	बनगाई क्लब बनगाई ०७६-६९०१०२
तौलिहवा ०७६-५६००९९	अर्घाखाँची जिल्ला अस्पताल ०७७-५२०२५७	लियो क्लब अफ बुटवल ०७१-५४५८९३	रेडक्रस देवदह ०७१-५७७०९९
पाल्पा ०७५-५२०५३६, ५२०१९९	तम्घास जिल्ला अस्पताल ०७९-५२०१८८	रेडक्रस भैरहवा०७१-५२०२६३	लुम्बिनी मेडिकल कलेज ०७५-५२०८४०
इप्रका रामपुर ०७५-६९१५१५	तौलिहवा जिल्ला अस्पताल ०७६-५६०२००	रेयुकाई भैरहवा ०७१-५२६६७३,९८४७०२२४६४	बुटवल जेसिस ९८४७१२९९६४
अस्पताल कार्यालय	सिद्धार्थबाल महिला अस्पताल ०७१-५४४४५०	परासी ०७८-५२०१२५	न्यू एकता क्लव तानसेन : ०७५-५२२२००
लुम्बिनीसिटी अस्पताल ०७१-५५१५५७, ५५१५५८	बुटवल हस्पितल ०७१-५४६४३२	रेडक्रस पाल्पा ०७५-५२०६००	परिवार नियोजन संघ पाल्पा : ९८४७१०२७६५
लुम्बिनी अञ्चल अस्पताल ०७१-५४०२००,	लुम्बिनी नर्सिङ होम ०७१-५४२६४१, ५४५६४१	रेडक्रस तौलिहवा ०७६-५६००१५	रामपुर टे.इन्स्टी.:९८५७०६२२४७,९८५७०६०५०४

दैनिक राशिफल

मेष : ऋणबाट सामान खरीद गरीनेछ । स्वास्थ्यको विशेष ख्याल गर्नुहोला ।	**तुला** : अनावश्यक यात्रा हुनेछ । कार्य सम्पादनमा समस्या आउला ।
वृष : बुद्धि र विवेकको प्रयोग गर्न सके दिनलाई सकारात्मक बनाउने सकिनेछ ।	**वृश्चिक** : धार्मिक यात्राको योग छ । नयाँ कार्यको योजना बन्नेछ ।
मिथुन : अनावश्यक ठाउँमा धन खर्च होला । मालसामान हराउन सक्छ ।	**धनु** : ताकेको कार्य पुरा होला । दैनिक कार्यमा प्रगति हुनेछ ।
कर्कट : कार्यमा सफलता मिल्नेछ । बन्धु बान्धवबाट सहयोग मिल्नेछ ।	**मकर** : कामको थालनी हुनेछ । मनोरञ्जनमा सहभागी भइएला ।
सिंह : शुभचिन्तकहरूले पूर्ण समर्थन प्रदान गर्नेछन् । समस्या सुल्झाउन सकिनेछ ।	**कुम्भ** : मठ-मन्दिरको भ्रमणले थप ऊर्जा मिल्नेछ । विद्याको क्षेत्र सबल रहनेछ ।
कन्या : नयाँ ज्ञान सिक्ने मौका मिल्नेछ । वैदेशिक कार्य अघि बढ्नेछ ।	**मीन** : मनमा उत्साहका साथै बोली बिक्ने समयछ । अतिथीको आगमन हुनेछ ।

कला मनोरञ्जन

नेपाली अभिनेता सौरम आरटी हलिउड चलचित्रमा अभिनय गर्दै

नेपाली अभिनेता सौरम राज तुलाधर, जसलाई सौरम आरटी भनेर पनि चिनिन्छ, उनी हलिउडको ठुला पर्दामा आृनो यात्रा सुरु गर्ने भएका छन् । उनले हालै एक हलिउड चलचित्रमा हस्ताक्षर गरेका छन्, जुन उनको जीवनयात्रा (करियर)को लागि ऐतिहासिक उपलब्धि हो । यस चलचित्रमा सौरमले प्रख्यात अभिनेत्री केरी बिसे, जसले म्याडम वेबसँग काम गर्ने भएका हुन् । अनुभवी कलाकारहरूसँग सहकार्य गर्नु नेपाली कलाकार सौरमको बढ्दो प्रतिष्ठाको प्रमाण हो । सौरमले अमेरिका आएपछि धेरै छोटा चलचित्रहरूमा अभिनय गर्नुका साथै पुरस्कारहरू पनि जितेका छन् । उनले यी परियोजनाहरूमा उत्कृष्ट प्रदर्शन गर्दै आफ्नो प्रतिभा र बहुमुखी क्षमता देखाएका छन्। जसले उनको हलिउड यात्रालाई सम्भव बनाउन भूमिका खेले । नेपालमा जिन्दगी रक्स र सदाङ्ग जस्ता चलचित्र र हाम्रो टिम जस्तो टिभी शोमा आफ्नो प्रभावशाली अभिनय प्रस्तुत गरिसकेपछि सौरमले हलिउडमा आफ्नो क्षमता प्रमाणित गर्न यो साहसी कदम चालेका छन्। न्यूयोर्क फिल्म एकेडेमीबाट प्रशिक्षण लिएका सौरमले अन्तर्राष्ट्रिय चलचित्र उद्योगमा प्रतिस्पर्धा गर्न आवश्यक सीप हासिल गरेका छन् । यो अवसरप्रति सौरमले आफ्नो उत्साह व्यक्त गर्दै भने, “यो मेरो लागि सपना जस्तै हो । यति प्रतिभावान् कलाकारहरूसँग काम गर्न र हलिउडको प्रोडक्सनमा सहभागी हुन पाउनु ठुलो गर्वको कुरा हो ।

नेपाली कलाकारको रूपमा अन्तर्राष्ट्रिय मञ्चमा आफ्नो दृष्टिकोण प्रस्तुत गर्न पाउँदा म धेरै उत्साहित छु।” सौरम आरटीको हलिउड डेब्यु नेपाली प्रशंसकहरू र भविष्यका कलाकारहरूको लागि प्रेरणा बन्नेछ ।

-रातोपाटी डटकम

कुप्रथाको नाममा हुने हिंसाको फिल्म ‘अग्निदहन’

शुक्रबारदेखि प्रदर्शन तयारीमा रहेको फिल्म ‘अग्निदहन’लाई लिएर दर्शकमाझ प्रतीक्षा छ । निर्माताले सोमबार पत्रकार सम्मेलन गर्दै फिल्म हेर्नुपर्नाको कारण र निर्माण अनुभव बाँडेका छन् । साहित्यकार लोकमणि पौडेलको सोही नामको उपन्यासमा आधारित रहेर बनेको फिल्मले बोक्सीको नाममा महिलामाथि हुने हिंसाको कथा भन्छ । प्रस्तुतकर्ता कोविदशरण उपाध्यायले बोक्सी कुप्रथा उन्मूलन गराउन आफूहरुले फिल्म बनाएको बताए । ‘समाजमा बोक्सी छैन भन्ने सन्देश दिन हामीले फिल्म बनाएका हौं । बोक्सीका नाममा अझै पनि महिलामाथि अत्याचार भइरहेका घटना बेलाबेलामा सार्वजनिक भइरहन्छन् । हामी फिल्ममार्फत बोक्सी हुँदैन र महिलालाई बोक्सीका नाममा अत्याचार गरिनुहुन्न भन्ने सन्देश दिन चाहन्छौं’, उनले भने । अभिनेत्री प्रमिला तुलाचनले आफूले ‘बोक्सी’को आरोप लागेकी माइली दमिनीको चरित्र निर्वाह गरेको जानकारी दिँदै त्यो चरित्र अध्ययन गर्न सुकुम्बासी बस्ती पुगेको बताइन् । ‘मैले निर्वाह गरेको चरित्र चुनौतीपूर्ण थियो । समाजको दु:खी, गरिब महिलाप्रति गरिने व्यवहार, एकल महिलालाई गरिने दुर्व्यवहार, असहाय महिलालाई लगाइने लाञ्छनाजस्ता दृश्य देखेर यही चरित्रलाई पर्दामा उतार्ने प्रयास गरेकी छु’, उनले भनिन् । कलाकार तुलसी क्षेत्रीले बोक्सीको आरोप लागेका महिलालाई धामीझाँक्रीले दिने यातना साँच्चै असह्य हुने गरेको बताइन् । ‘फिल्ममा मलाई धामीले फलाम डामेको दृश्य छ । त्यो दृश्यको सुटिङ गरेको भोलिपल्टसम्म मेरो शरीरमा घाउ थियो । बोक्सीको आरोप लागेका महिलालाई साँच्चै धामीले त्यसरी डाम्दा उनीहरुलाई झन् कति पीडा भयो होला’, उनले भनिन् । निर्देशक घनश्याम लामिछानेले यो फिल्म व्यावसायिक हिसाबले नबनाएको बताए । ‘मान्छे कोही पनि बोक्सी हुँदैन भन्ने सोचलाई देशव्यापी रुपमा अभियानको रुपमा अगाडि बढाउन फिल्म निर्माण गरेका हौं’, उनले भने । फिल्ममा प्रकाश घिमिरे, प्रमिला तुलाचन, माओत्से गुरुङ, अनुपमा भण्डारी, तुलसी क्षेत्री, विष्णु बास्तोला, ताराबहादुर गुरुङको अभिनय छ । फिल्ममा लोकमणि पौडेलको पटकथा तथा संवाद, कोविदशरण उपाध्यायको परिकल्पना, परिच्छेद सेनको सहायक निर्देशन, दीर्घ गुरुङको छायांकन, दीर्घ खड्काको सम्पादन, शंकर पाण्डेको प्रोडक्सन डिजाइन छ । यो फिल्म भारतको बिहारस्थित सीतामढीमा कमाण्डेन्ट अफ एसएसबी-२० औं बटालियनमा बटालियन प्रमुख गिरीशचन्द्र पाण्डेय र फिल्मको निर्माण पक्षको उपस्थितिमा प्रदर्शन गरिएको थियो । पूर्वराष्ट्रपति विद्यादेवी भण्डारी, प्रधानमन्त्री केपी शर्मा ओली, पूर्वप्रधानमन्त्री पुष्पकमल दाहाल ‘प्रचण्ड’ले पनि फिल्म हेरेका छन् । चलचित्र विकास बोर्डले ‘विशेष चलचित्र अवार्ड’ समेत दिइसकेको छ ।

-अनलाइन खबर डटकम

‘ह्रस्व दीर्घ’, दर्शकबाट सिक्वेलको माग

नेपाली र दक्षिण भारतीय कलाकारहरुको ‘पल्टन’ रहेको फिल्म ‘ह्रस्व दीर्घ’ इनिसियल व्यापारमा अब्बल देखिएको छ । तिहारदेखि दर्शकको चुम्बकीय आकर्षण बनेको ‘पूर्ण बहादुरको सारङ्गी’को दबदबाबीच शुक्रबारबाट प्रदर्शनमा आएको फिल्मले पहिलो दिन बक्स अफिसमा उत्साहप्रद व्यापार गऱ्यो । देशभर प्राप्त अधिकांश शोमा बिहानदेखि साँझसम्म उच्च अकुपेन्सी देखिएको थियो । शनिबार फिल्म झनै आक्रामक रह्यो । लगभग डेढ सय हाराहारी शोमा फिल्मले सानदार उपस्थिति जनायो । दर्शकको चाप ठूलो तर शो संख्या कम हुँदा टिकटको हाहाकार समेत देखिएको थियो । दर्शकको मागलाई मध्यनजर गर्दै केही हलले शनिबार मध्यरातमा समेत फिल्म चलाएका थिए । काठमाडौं, नेपालगञ्ज, बुटवल, इटहरी, दमक, चितवन, धनगढी लगायतका सहरमा शनिबार फिल्मको व्यापार आक्रामक रहेको थियो । फिल्मले दर्शकीय प्रतिक्रिया राम्रो पाएको देखिन्छ । कथावस्तु, ट्विस्ट एन्ड टर्न, कलाकारहरुको अभिनय, द्वन्द्व, मेकिङ पक्षलाई रुचाइएको छ । अभिनेत्री विपना थापाले छोराप्रति प्रेम दर्शाउँदै क्लाइमेक्समा गरेको अभिनयले दर्शकलाई भावविह्वल बनाएको एउटा भिडियो यतिबेला टिकटकमा निकै भाइरल भइरहेको छ । जसले गर्दा फिल्मप्रति दर्शकको आकर्षण थप बढ्ने देखिन्छ । फिल्म प्रदर्शनको दिनदेखि काठमाडौंमा विभिन्न हल पुगिरहेका कलाकारदेखि निर्देशकलाई दर्शकहरुले सिक्वेल बन्नुपर्ने माग समेत गरेका छन् । शनिबार हल भिजिटको क्रममा अभिनेत्री तथा निर्मात्री नीता ढुंगानाले सिक्वेल बन्न सक्ने संकेत गरिन् । सिक्वेल बनेको खण्डमा सबै कलाकार दोहोरिने र नयाँ कथामा बन्ने उनको भनाई छ । सिक्वेलको कथा निकै रोचक रहेको उनी बताउँछिन् । ‘सारङ्गी’मा दर्शकको ठूलो उछाल रहेकाले ‘ह्रस्व दीर्घ’ले दुई दिन अपेक्षित शो पाउन सकेन । शो पर्याप्त नहुँदा टिकटको अभावले विशेषगरी शनिबार धेरै दर्शक हलबाट फर्किएका थिए । यद्यपि, नीता शो बढ्दै जानेमा आशावादी छिन् । उनी भन्छिन्, ‘दर्शकको मागअनुसार शो बढ्दै जाने हो । शुक्रबारभन्दा शनिबार केही शो बढ्यो । भोलिका दिनमा अझ बढ्ने विश्वास छ ।’ सुरुवाती दुई दिन उत्साहप्रद व्यापार गरेको फिल्मको वास्तविक परीक्षा भने आइतबारबाट सुरु भएको छ । कामकाजी दिन सुरु भएकाले अब व्यापार ‘वर्ड अफ माउथ’मा निर्भर रहनेछ । दुई दिनको प्रतिक्रिया हेर्दा फिल्मले हलमा लामो यात्रा गर्न सक्ने देखिन्छ । आइतबार पनि बिहानबाट धेरैजसो हलमा अकुपेन्सी सुखद् देखिएको छ । फिल्मप्रति दर्शकलाई थप आकर्षित गर्न निर्माण टिमले मुख्य कलाकार प्रदीप रावत (गजनी भिलेन)लाई काठमाडौं बोलाएको छ । उनी आइतबार दिउँसो काठमाडौं ओर्लिंदैछन् । फिल्ममा उनी नीताको बुबाको भूमिकामा छन् । कयौं साउथ र बलिउडमा फिल्ममा काम गरिसकेका उनी श्रीमतीसहित नेपाल आउन लागेका हुन् । उनी एक साता नेपाल रहने र त्यो समयमा हल-हलमा पुगेर दर्शकसँग भेट गर्ने कार्यक्रम रहेको जानकारी प्राप्त छ । चन्द्र पन्तको निर्देशनमा तयार भएको फिल्ममा साउथबाट ब्रह्मानन्दम, प्रदीप रावत, सुनिल बर्मा, अली, कबीर दुहन सिंहसहित नेपाली कलाकारहरु विपना थापा, नीता ढुंगाना, हरिहर अधिकारी, सरोज खनाल, रेखा थापा, सञ्चिता लइँटेल, आदर्श मिश्र लगायतको अभिनय छ । फिल्मलाई भारतका कवीरलालले खिचेका हुन् । यसको निर्माण लागत ६ करोड रहेको जनाइएको छ ।

-फिल्मी खबर डटकम

अल्लु अर्जुन बने भारतका सबैभन्दा महंगा अभिनेता

अल्लु अर्जुन भारतीय सिनेमामा सबैभन्दा बढी पारिश्रमिक लिने अभिनेता बनेका छन् । मिडिया रिपोर्टका अनुसार अल्लु अर्जुनले उनको आगामी फिल्म पुष्पा-२ का लागि ३०० करोड पारिश्रमिक लिएर भारतमा सबैभन्दा महंगा अभिनेता बनेका हुन् । यसअघि उनले शाहरुख खान, सलमान खान र थालापथी विजयलाई पछाडी छोडेका छन् । रिपोर्टका अनुसार शाहरुखले ‘पठान’का लागि २०० करोड पारिश्रमिक लिएका थिए । विजयले थालापथी ६९ का लागि २५० करोड भारु पारिश्रमिक लिएको बताइएको छ । अल्लु अर्जुनको फिल्म पुष्पा-२ डिसेम्बर ५ मा रिलिज हुदै छ । पुष्पा-२ को हालै ट्रेलर सार्बजनिक भएको छ । निर्माण पक्षले आइतबार भारतको विहारको पटनामा विशेष कार्यक्रम आयोजना गरेर फिल्मको ट्रेलर सार्बजनिक गरको हो । ट्रेलर लन्च कार्यक्रममा फिल्मका प्रमुख कलाकार अल्लु अर्जुन र रश्मिका मन्डन्ना पटना पुगेका थिए । डिसेम्बर ५ मा हलमा रिलिज हुने तयारीमा रहेको यो फिल्मले रिलिज हुनुअघि नै उत्कृष्ट प्रि-कलेक्शन रेकर्ड बनाएको छ । मिडिया रिपोर्टका अनुसार फिल्मले रिलिजअघि नै ९ सय करोड कमाइसकेको छ । निर्माताले ‘पुष्पा २:द रुल’को डिजिटल र स्याटेलाइट राइट बेचेर अहिलेसम्म एक हजार करोड कमाई गरिसकेको ट्रेलर लन्च कार्यक्रममा जानकारी दिइएको थियो । ५०० करोडको लागतमा बनेको ‘पुष्पा २: द रुल’ को थियट्रीकल राइट साढे ६ सय करोडमा बेचिएको मिडिया रिपोर्टमा उल्लेख छ । फिल्ममा अल्लु अर्जुन अवतारलाई फयानहरुले निकै रुचाएका छन् । फिल्मलाई सुकुमारले निर्देशन गरेका हुन् भने फिल्ममा अल्लु अर्जुन र रश्मिका मन्डन्ना, फहद फासिल, धनन्जय, राव रमेश, सुनील, अनसूया भारद्वाज, अजय घोष लगायतका कलाकारको भूमिका रहेको छ । फिल्म ‘पुष्पा: द राइज’को पहिलो भागले निकै सफलता पाएको थियो ।

अभिनेता अल्लु अर्जुन र फिल्मका संगीतकार देवी श्री प्रसादले यस फिल्मबाट नेशनल अवार्ड समेत पाएका थिए । फिल्म ५ डिसेम्बर, २०२४ मा तेलुगु, हिन्दी, तमिल, कन्नड, बंगाली र मलयालम भाषाहरूमा रिलिज हुने तयारीमा छ ।

-डिसी नेपाल डटकम

चिच्याएर बर माग्ने मेलामा ३२ लाख ८१ हजार भेटी संकलन

पाल्पा, मंसिर ४/जिल्लाको तिनाउ गाउँपालिका-४ मा अवस्थित सत्यवती मन्दिरमा लागेको चिच्याएर बर माग्ने मेलामा ३२ लाख ८१ हजार ८ सय ७० रुपैयाँ बराबरको भेटी संकलन भएको छ । कात्तिक पूर्णिमाको अवसरमा कार्तिक २७ गतेदेखि ५ दिनसम्म लागेको मेलामा उक्त रकम बराबरको भेटी संकलन भएको हो ।

मेलामा आएका दर्शनार्थीले चढाएको रकम सुनचादी गरेर ३२ लाख ८१ हजार बढी भेटि सकलन भएको सत्यवती मन्दिर व्यवस्थापन समितिले जनाएको छ । उक्त भेटी मध्ये २० लाख बराबरको सुनचादी रहेको छ । दर्शनार्थीले भेटी, दानपत्र र रसिद काटेर नगद र जिन्सी अर्पण गरेका थिए । गतवर्ष १८ लाख ५० हजार भेटि संकलन भएको थियो ।

संकलित भेटी गाउँपालिकाका जनप्रतिनिधि, प्रहरी चौकी दोभानका प्रहरी र मन्दिर व्यवस्थापन समितिका प्रतिनिधिले आइतबार र सोमबार गणना गरेका थिए । तिनाउ गाउँपालिकाको कोलडाँडाको डाँडामा रहेको सत्यवती मन्दिरमा दर्शनका लागि र आफ्नो मनोकांक्षा पूरा होस् भनेर भन्नका लागि चिच्याएर वर माग्नु पर्ने धार्मिक विश्वासका कारण यहाँ मात्र चिच्याएर वर माग्ने प्रचलन परापुर्व कालदेखि नै चल्दै आएको हो । यस वर्ष मेलामा झण्डै ३ लाख बढी श्रद्धालुको सहभागिता रहेको थियो ।

पाल्पा, गुल्मी, रुपन्देही, स्याङ्जालगायतका विभिन्न जिल्ला तथा भारतको लखनऊदेखिका दर्शनार्थीले मेला अवलोकन गरेको समितिले जनाएको छ । सत्यवती मन्दिरमा रहेकी बज्यै बैरी छन् भन्ने धार्मिक विश्वास रहेकाले यहाँ आउने दर्शनार्थीले चिच्याएर बर माग्ने गर्दछन् । मन्दिर र ताल वरपर परिक्रमा गर्दै चिच्याएर बर मागेमा भाकल पूरा हुन्छ भन्ने धार्मिक विश्वासका कारण पूजा गर्न आउने दर्शनार्थीले चिच्याएर बर माग्ने चलन छ । त्यहाँ जाने श्रद्धालुहरु रातभर हिडेर ताल पुग्ने गर्छन् । सयौंको संख्यामा लाइन लागेर चिच्चाउँदै मेला भर्न त्यहाँ जाने गर्दछन् । त्यहाँ भाकल अनुसार पुजा गर्ने, वली चढाउने र परेवा उडाउने गर्छन् । पूर्णिमा कार्तिकमै परेकाले 'जोग परेको' भनिन्छ ।

मेलामा सत्यवती देवीको मन्दिरमा पूजा र दर्शन गर्ने गरिन्छ । नजिकै रहेको सत्यवती तालमा पाती, बाँसको लिंगो गाडेर पूजा गर्ने चलन छ । बुटवल-पाल्पा सडकखण्डको केराबारी क्षेत्रबाट पैदल २ घण्टामा मन्दिर पुग्न सकिन्छ । मन्दिरमा झुम्सा क्षेत्रबाट पनि जान सकिन्छ ।

लुम्बिनी प्रदेशमा...

...प्रदेश राजधानीलाई हरित र नदी सभ्यतामा आधारित नमूना सहर बनाउन लगानी आवश्यक रहेको बताउँदै सरकारले लगानीको वातावरण बनाउने र त्यसमा ढुक्क भएर काम गर्न मुख्यमन्त्री आचार्यले आग्रह गरे । प्रदेश सरकारले लुम्बिनी प्रदेशको राजधानी सहर निर्माण, शिवपुर र कालाकाटे सुरुङमार्ग, वौद्ध सर्किटमा मोनोरेल सञ्चालन, कृषि र पर्यटन क्षेत्रमा सघन परियोजना अघि बढाउन सक्ने गरी लगानीको क्षेत्रको बारेमा जानकारी गराएको छ । शिवपुरदेखि कालाकाटेसम्म सुरुङ मार्गको परियोजना सात किलोमिटरको हुने प्रारम्भिक सर्वेक्षणबाट देखिएको छ । त्यसले १८ किलोमिटर बाटो छोटिने भएकाले राजधानीसँग पहुँच सहज हुने देखिएको हो ।

प्रदेश सरकारले लुम्बिनीमा लगानी भित्र्याउन लगानी बोर्डसँग पनि निरन्तर छलफल गरिरहेको छ । लुम्बिनीमा लगानी सम्मेलन गर्ने तयारी पनि छ । प्रदेश सरकारले दोस्रो आवधिक योजनालाई पूर्णता दिन थालेको छ । त्यसमा दिगो विकास लक्ष्यले निर्धारण गरेका लक्ष्य, उद्देश्यसँग जोडेर योजनाको प्राथमिकिकरण गरिएको समेत मुख्यमन्त्रीले जानकारी दिए । *-रासस*

खेलकुद समाचार

कर्नाटकसँग नेपाली टोली पराजित

काठमाडौं, मंसिर ४/कर्नाटकको १९ वर्षमुनिको टोलीसँगको चौथो अभ्यास खेलमा १९ वर्षमुनिको नेपाली क्रिकेट टोली ५ विकेटले पराजित भएको छ । नेपालले दिएको १ सय ६ रनको लक्ष्य कर्नाटकको टोलीले ३७ ओभरमा ५ विकेट गुमाएर भेटायो । कर्नाटकका अक्षत प्रभाकरले २४ रन बनाए । नेपालका सन्तोष यादवले ३ विकेट लिए । यसअघि मूलपानी क्रिकेट मैदानमा टस जितेर ब्याटिङ गरेको नेपाली युवा टोली ३५ ओभर १ बलमा अलआउट भयो । नेपालका मयन यादवले ३४ र रोशन विकले नटआउट ३४ रन बनाए पनि अन्य ब्याटरले दोहोरो अङ्कमा रन जोड्न सकेनन् । कर्नाटकका अक्षत प्रभाकरले ५ विकेट लिए ।

कर्नाटकको जीतसँगै पाँच खेलको शृङ्खलामा २-२ को बराबरी भएको छ । पहिलो खेलमा कर्नाटक विजयी भएको थियो भने दोस्रो खेल नेपालले जितेको थियो । यस्तै तेस्रो खेलमा नेपाल विजयी भएको थियो । शृङ्खलाको अन्तिम खेल पर्सि बिहीवार हुनेछ ।

श्रेष्ता कायम, मोही नामसारीको हकदावी सम्बन्धी ३५ दिने सार्वजनिक सूचना

पाल्पा जिल्ला साविक तेल्घा-१ हाल तानसेन-१० निवासी विष्णु बहादुर सार्की, सुरेश सार्की, मन कुमारी सार्की, मिना कुमारी सार्की समेत ४ जनाले आफ्नो बुवा ससुरा हजुरबुवा रेवती राम सार्कीको मिति २०५८/१२/२८, आमा/सासु/हजुरआमा चन्द्र कुमारी सार्कीको मिति २०६४/१/३ मा मृत्यु भएको, रेवती राम सार्की दम्पत्तिको विवाहित छोरीहरु नभएको, ४ भाई छोराहरु जेठो इन्द्र बहादुर सार्की (२०७१/६/१ मा मृत्यु, एकमात्र श्रीमती माया देवी सार्कीको २०६७/३/२५ मा मृत्यु, छोराको जायजन्म नभएको, एकमात्र छोरी मिना नेपाली सार्की भएको), माईलो जोग बहादुर सार्की २०८०/८/२ मा मृत्यु, एकमात्र श्रीमती मन कुमारी सार्की भएको साईलो सन्त बहादुर सार्की २०७९/१२/२५ मा मृत्यु, एक मात्र श्रीमती सुमित्रा सार्कीको २०७८/११/२४ मा मृत्यु, अविवाहित छोरीहरु नभएको, एकमात्र छोरा सुरेश नेपाली भएको) कान्छो विष्णु बहादुर सार्की रहेको मृतक रेवती राम सार्की मोही, भगवती गुठी ज.ध भई दर्ता कायम रहेको पाल्पा जिल्ला साविक तेल्घा-१ कि.नं.१३ जग्गाको श्रेष्ता कायम नभएको, ज.ध पूर्जा हराएको र हालसम्म आफुहरुले हकभोग गर्दै आईरहेकोले उक्त कि.नं.को जग्गा मृतक मोही भगवती गुठी ज.ध. को नाममा श्रेष्ता कायम गरी निवेदक विष्णु बहादुर सार्की समेत ४ जनाको नाममा संयुक्त मोही नामसारी गरी पाउँ भनी निवेदन गरेको सम्बन्धमा उक्त कि.नं.को जग्गामा निवेदकको हकभोग छ वा छैन: अन्य कोही कसैको हकभोग छ की ? माथि उल्लेखित कि.नं. को जग्गा मोहीले अन्यत्र बेचविखन वा अन्य तरिकाले हकहस्तान्तरण गरेका छन् वा छैनन् ? उक्त कि.नं. को जग्गाको श्रेष्ता कायम हालसम्म किन नगरिएको हो ? ज.ध. पुर्जा हराएको हो वा होईन ? ज.ध. को शेषपछिका हकवाला के कति छन् ? निवेदक बाहेक अन्य हकवाला छन्, छैनन् ? मन कुमारी सार्की र मान कुमारी सार्की नाम गरेको व्यक्ति एउटै हुन् वा होइन रेवती राम सार्की र रेवते सार्की नाम गरेको व्यक्ति एउटै हुन् वा होइन ? लाल बहादुर सार्की र चेते सार्की नाम गरेको व्यक्ति एउटै हुन्न वा होइन ? मृतक मोही रेवती राम सार्की, ज.ध. भगवती गुठीको नाममा उक्त कि.न. को जग्गा श्रेष्ता कायम गरी निवेदक विष्णु बहादुर सार्की समेत ४ जनाको संयुक्त नाममा मोही नामसारी गरिदिँदा अन्य कोही कसैलाई असर पर्छ कि पर्दैन ? उल्लेखित जग्गाहरु मृतक मोही, भगवती गुठी ज.ध.का नाममा श्रेष्ता कायम गरी निवेदकका नाममा संयुक्त मोही नामसारी गरिदिन मिल्छ वा मिल्दैन निवेदन मागदाबी बमोजिम गरिदिँदा कसैको हकदैयामा असर पर्ने वा श्रेष्ता कायम गरी नामसारी गर्न नमिल्ने भएमा वाटोको म्याद बाहेक ३५ दिन भित्र यस कार्यालयमा सप्रमाण उपस्थित भई निवेदन दिनुहुन यो सार्वजनिक सूचना प्रकाशित गरिएको छ । म्यादभित्र दावी विरोध नपरेमा प्रचलित कानुन बमोजिम मृतक मोही, भगवती गुठी ज.ध.का नाममा श्रेष्ता कायम भई निवेदकका नाममा संयुक्त मोही नामसारी भई जाने र पछि कोही कसैको उजुरु वाजुर नलाग्ने व्यहोरा समेत यसै सूचना मार्फत सर्वसाधारण सबैका लागि जानकारी गराईन्छ ।

इति सम्वत २०८१ साल मंसिर ४ गते रोज ३ शुभम् ।

अर्थ/कर्पोरेट समाचार

सुन-चाँदीको मूल्य फेरि बढ्यो

पाल्पा, मंसिर ४/पछिल्ला केही दिन यता निरन्तर ओरालो लागेको सुन-चाँदीको मूल्य सोमबार र मंगलबार भने बढेको छ । सोमबार एक हजारले बढेको सुन मंगलबार भने १ हजार १ सय रुपैयाँ र चाँदी ३५ रुपैयाँले बढेको हो ।

नेपाल सुन-चाँदी व्यवसायी महासंघका अनुसार मंगलबार प्रतितोला सुन १ लाख ६२ हजार १ रुपैयाँमा कारोबार भइरहेको छ । सोमबार छापावाल सुन प्रतितोला १ लाख ६१ हजार रुपैयाँमा खरिदबिक्री भएको थियो । यसदिन प्रतितोला चाँदीको मूल्य १ हजार ९ सय ५५ रुपैयाँमा पुगेको छ । सोमबार चाँदीको मूल्य प्रतितोला १ हजार ९ सय २० रुपैयाँमा कारोबार भएको थियो । सोमबार भने सुनको भाउ १ लाख ६१ हजार रुपैयाँ थियो । आइतबार भने सुनको तोलाको १ लाख ६० हजार रुपैयाँमा किनबेच भएको थियो । अन्तर्राष्ट्रिय बजारमा देखिएको उतारचढावले नेपाली बजारमा पनि प्रभाव पारेको छ । नेपाल सुनचाँदी व्यवसायी महासंघले कात्तिक १५ मा प्रतितोला भाउ १ लाख ७१ हजार रुपैयाँ निर्धारण गरेको थियो । यो मूल्य अहिलेसम्मकै उच्च थियो । अमेरिकाको राष्ट्रपतिमा डोनाल्ड ट्रम्पको आगमनसँगै आर्थिक र कूटनीतिक अवस्थामा सुधार आउने आकलनले अन्तर्राष्ट्रिय बजारमा घट्न थालेको भाउ फेरि बढ्न थालेको छ । नवनिर्वाचित ट्रम्पले अमेरिकी डलरलाई रिजर्भ मुद्राका रूपमा विकास गर्न खोजेको अन्तर्राष्ट्रिय समाचारहरूमा उल्लेख छ ।

विज्ञापन आचारसंहिताको पालना गरौं

- विज्ञापन बोर्डमा सूचीकृत सञ्चारमाध्यम र विज्ञापन एजेन्सीसँग मात्र विज्ञापन कारोबार गरौं,
- विज्ञापनको कारोवार गर्दा दुईपक्षीय वा त्रिपक्षीय सम्झौता गर्ने गरौं,
- विज्ञापन कारोवारमा सञ्चारमाध्यमको बील हेरेर मात्र भुक्तानी दिने गरौं,
- विज्ञापन दिन विज्ञापनदातालाई दवाव तथा प्रभाव नपारौं,
- विज्ञापन गरौं र आफ्नो व्यवसायको प्रवर्द्धन गरौं,
- विज्ञापन व्यवसायलाई स्वच्छ र पारदर्शी बनाऔं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

हरेक प्रहरका ताजा समाचारका लागि www.shittalpati.com क्लिक गर्नुहोस् ।

कैलाशनगर मिडिया प्रा.लि.द्वारा प्रकाशित, कार्यालय:कैलाशनगर-५,तानसेन,पाल्पा,फोन:०७५-५२०६०१,E-mail:njdnews@gmail.com पा.जि.हु.द.नं. ५/२०७८/०७९, पा.जि.प्र.का.द.नं. १९/०५१/०५२ प्रबन्धक : इन्द्रा भट्टराई, सम्पादक: रामचन्द्र रायमाझी, प्रधान सम्पादक: जगदीशप्रसाद भट्टराई