स्वच्छ र स्वतन्त्र पत्रकारिताको प्रतिक

नव जनचेतना

NAWA JANACHETANA NATIONAL DAILY राष्ट्रिय दैनिक

मिस नेपाल प्लेटफमबाट फिल्ममा होमिएकी हुन्, अभिनेत्री सृष्टि श्रेष्ठ। फिल्मी करियर सुरु भएको एक दशकको अवधिमा उनले करिब दर्जन हाराहारीको फिल्ममा अभिनय गरेकी छन्। अनमोल केसी अभिनीत 'गाजलु'बाट फिल्म डेब्यु गरेकी उनलाई 'पोइ पर्‍यो काले', 'द रेड सुटकेस', जस्ता फिल्मले चर्चा त दिलायो तर व्यावसायिक सफलता भने पाउन सकिनन्।

आजको विचार...

दलीय...
(दुई पेजमा)

रत्नसंसार श्रेष्ठ

फागुनको १४ गतेदेखि प्रदर्शनमा आउने फिल्म 'मायावी' यतिबेला गीतसंगीत र आक्रामक प्रचारप्रसारले चर्चामा छ। दुई गीत सार्वजनिक भइसकेका छन्। निर्माताले फिल्ममा समावेश नयाँ गीत 'सितारा जडेका' सार्वजनिक गरेको छ। निर्देशक समेत रहेका भ राइले नै कोरियोग्राफी गरेको गीतको भिडियोमा फिल्मका मुख्य कलाकार पल शाह, दीपिका प्रसाईं, समिम खान, प्रशान्त ताम्राकार, सुशिल सिटौला, करिश्मा श्रेष्ठ लगायतलाई देख्न सकिन्छ। गीत कर्णप्रिय छ।

❐ वर्ष ३० ❐ अंक १८० ❐ २०८१ माघ १० गते बिहीबार 23 January 2025, Thursday ❐ पृष्ठ संख्या ४ मूल्य रू ५/-

संक्षिप्त समाचार

होटलमा आगलागी हुँदा ७६ को मृत्यु

(रासस/एएनआई)

इस्तानबुल, माघ ९/टर्कीएको एउटा होटलमा भीषण आगलागी हुँदा कम्तिमा ७६ जनाको मृत्यु हुनुको साथै अन्य ५१ जना घाइते भएका छन् । टर्कीएका गृहमन्त्री अली येर्लिकायाले मारिनेमा धेरै बालबालिका रहेको बताए । अधिकारीहरूले अहिलेसम्म ५२ जनाको मृत्यु भएको पहिचान गरेका छन् । सीएनएनका अनुसार पीडितहरूमध्ये १० देखि ११ वर्षका धेरै बालबालिकाहरू थिए । घटनापछि गृहमन्त्रीले पत्रकारहरूलाई भने,'हामी गहिरो पीडामा छौं । दुर्भाग्यवश यस होटलमा भएको आगलागीमा हामीले ६६ जनाको ज्यान गुमाएका छौं ।' टर्कीएका राष्ट्रपति रेसेप तैयप एर्दोगानले बुधबार शोकको दिन घोषणा गरे । 'यो एकताको दिन हो,' उनले सामाजिक सञ्जाल एक्समा उल्लेख गरे । उनले दोषी जो कोही भए कारबाही हुने समेत बताए । टर्कीए सरकारले होटलमा भएको घातक आगलागीको अनुसन्धान सुरु गरेको छ । न्याय मन्त्री यिलमाज टुन्च र आन्तरिक मन्त्री अली येर्लिकायाका अनुसार कम्तिमा नौ जनालाई पक्राउ गरिएको बताए । आगलागी हुँदा करिब २३४ जना पाहुना होटलमा बसिरहेका थिए ।

सहिद सप्ताह आजदेखि, पहिलो दिन शास्त्रीको सम्झना गरिदैं

सीमा भट्टराई

पाल्पा, माघ ९/मुलुकमा विभिन्न राजनीतिक आन्दोलनका क्रममा उत्सर्ग गरेका सहिदको सम्झनामा आजदेखि सहिद सप्ताह सुरु भएको छ । पारिवारिक रुपमा प्रयोग हुँदै आएको शासकीय शक्ति जनताका हातमा पुर्‍याउने चार सहिदको सम्झनामा हरेक वर्ष माघ १० गतेदेखि १६ गतेसम्म सहिद सप्ताह मनाउने गरिन्छ ।

मुलुक र जनताको हकअधिकारका लागि आफ्नो प्राण आहुति दिने सहिदको सम्झनामा सरकारी तवरबाटै प्रत्येक वर्ष औपचारिक कार्यक्रमहरु हुने गर्दछन् । सहिद शुक्रराज शास्त्री, धर्मभक्त माथेमा, गङ्गालाल श्रेष्ठ र दशरथ चन्दले तत्कालीन निरंकुश जहानियाँ राणा शासन अन्त्यको अभियानमा समाहित भई प्राण आहुति दिएका थिए । राणा शासनको विरोध गर्दै जनतालाई प्रजातन्त्रका पक्षमा एकजुट एवम् शिक्षित गरेको आरोपमा विसं १९९७ मा उनीहरूलाई मृत्युदण्ड दिइएको थियो । सप्ताहको पहिलो दिन आज शुक्रराज शास्त्रीको सम्झना गरिदैं छ । उनको योगदानको सम्झना गर्दै शालिकमा पुष्पगुच्छा अर्पण गरिने छ । शास्त्रीले टेकुको पचलीमा प्रजातन्त्रका लागि आफ्नो जीवन उत्सर्ग गरेका थिए । उनलाई तत्कालीन जहानियाँ राणा शासकले विस १९९७ माघ १० गते पचलीस्थित रूखमा झुन्ड्याएर मृत्युदण्ड दिएको थियो । सहिद सप्ताह अन्तर्गत माघ १६ गतेसम्म विशेषगरी चार सहिदले राणा शासन विरुद्धको संघर्षमा जीवनको बलिदान गरेको सम्झनामा उनीहरूप्रति श्रद्धाञ्जलि अर्पण गरिन्छ । कार्यक्रमअनुसार माघ १३ गते धर्मभक्त माथेमाले अमरत्व प्राप्त गरेको स्थान सिफलमा र १५ गते गङ्गालाल श्रेष्ठ र दशरथ चन्दले अमरत्व प्राप्त गरेको शोभाभगवतीमा श्रद्धाञ्जलि अर्पण गरिने छ । अन्तिम दिन माघ १६ गते बिहान सहिद स्मारक लैनचौरमा ज्ञात-अज्ञात सहिदप्रति विशेष सम्मान धुनसहित श्रद्धाञ्जलि अर्पण गरिनेछ । हरेक वर्ष सहिद सप्ताह मनाउने गरिए पनि सच्चा सहिदको उच्च कदर भने हुन सकेको छैन् । मुलुक र जनताको हकअधिकारका आन्दोलनमा सहादत प्राप्त गरेका अमर सहिदलाई राज्यले उचित कदर गर्नु त परको कुरा कस्तो व्यक्ति सहिद हुने भन्नेमा अझै स्पष्ट मापदण्ड समेत बनाउन सकेको छैन् । मुलुकमा चलेको १० वर्षे सशस्त्र द्वन्द्व, २०६२/०६३ सालको जनआन्दोलन, मधेस आन्दोलन र अन्य विभिन्न पहिचानका आन्दोलनपछि सहादत प्राप्त गर्ने व्यक्तिलाई सहिद घोषणा गर्ने प्रचलन ह्वात्तै बढेको छ । तर सरकारसँग हालसम्म मुलुकमा कति व्यक्ति सहिद भए भन्ने स्पष्ट तथ्याङ्क छैन । दोस्रो जनआन्दोलनयता अधिकांश सरकारले आफ्ना दल निकट कार्यकर्तालाई पक्षपातीरुपमै सहिद घोषणा गर्नुले सहिद परिवारमा निराशा छाएको छ भने सहिदप्रतिको सम्मानमा समेत आँच पुगेको राजनीतिक विश्लेषकको भनाइ छ ।

आमा समूहलाई नौमती बाजा बजाउन भ्याइनभ्याइ

दाङ, माघ ९/दाङको तुलसीपुर उपमहानगरपालिका वडा नं ४ स्थित जनचेतना आमा समूहको नौमती बाजा दाङमा मात्रै होइन, आजभोलि बुटवलसम्म पनि माग हुने गर्दछ । विवाह, व्रतबन्ध, पूजाआजाका धेरैजसो कार्यक्रममा आमा समूहको गाजाबाजाको टोली पुग्न थालेका छन् ।

गएको मङ्सिर महिनामा मात्रै ३० भन्दा बढी यस्ता कार्यक्रममा पुगेर बाजा बजाएको अध्यक्ष कस्तुरा खड्काले बताइन् । पुसमा पनि राजनीतिक दलका कार्यक्रम र अन्य सार्वजनिक कार्यक्रममा बाजाको माग भएको उनले बताइन् । 'पहिले-पहिले गाह्रो थियो, अहिले त ठाउँ-ठाउँबाट हाम्रो माग भइरहेको छ । आम्दानी पनि ठीकै भएको छ ।' एउटा कार्यक्रमको आठ हजारदेखि २५ हजारसम्म लिने गरेको उनले जानकारी दिइन । कति समयसम्म बजाउने हो, त्यसका आधारमा भाडा लिने गरेको उनको भनाइ छ । पछिल्लो समय यस्ता बाजा लोप हुन थालेपछि आफूहरुले बाजाको संरक्षण पनि हुने, रोजगारी पनि हुने सोचेर यस पेसामा लागेको पनि अध्यक्ष खड्काले बताइन । 'पहिले गाउँमा विवाह, व्रतबन्ध हुँदा नौमती बाजा बज्थे', उनले भनिन्, 'तर, पछिल्लो समय बज्न छोडे, त्यसैले हामीले यसलाई संरक्षण गर्नका लागि यो काम थालेका हौँ ।'

समूहले २०७९ सालको तिहारमा भैलो खेलेर संकलन भएको एक लाख ४० हजारले वाद्य सामग्री खरिद गरेको हो ।

-बाँकी अन्तिम पेजमा...

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

जनचेतना

सम्पादकीय

रेमिट्यान्सको मात्र भर नपरौं

नेपाल रेमिट्यान्स (विप्रेषण)मा सबैभन्दा बढी निर्भर मुलुक बनेको छ । नेपाली अर्थतन्त्रको ठूलो हिस्सा रेमिट्यान्सले नै ओगटेको पाइन्छ । अन्य मुलुकले भने रेमिट्यान्समाथिको निर्भरता घटाउँदै लगेको देखिएको छ । नेपाल भने कूल ग्राह्रस्थ उत्पादन (जीडीपी)मा रेमिट्यान्सको प्रतिशत निरन्तर बढाउन उद्धत देखिन्छ । त्यति मात्र होइन यसले जति सको युवा शक्तिलाई बाहिर पठाउन खोजेको प्रष्ट हुन्छ । जसले गर्दा पछिल्लो समय देश छोड्ने युवाको संख्या दिनप्रतिदिन बढिरहेको छ । कोही अध्ययनका लागि बिदेसिँदै छन् भने कोही कामका लागि । बिदेसिने यी दुवै थरी युवा अवसरको खोजीमा छन् । देशमा अध्ययन र रोजगारीको उचित अवसर नपाउँदा त्यसको विकल्पका रूपमा विदेश रोजेका हुन् । राज्यले देशका तमाम युवालाई देशमै भविष्य सुरक्षित छ, देशमै केही गर्ने र केही बन्ने अवसर उपलब्ध छ भनेर आश्वस्त पार्न नसक्दाको परिणाम हो, युवापलायन । देशको राजनीतिलाई सबै कुराको मियो मानिएको छ । तर, यही मियो नै सबल र व्यवस्थित हुन नसक्दा अरू सबै कुरा भताभुङ्ग भएको छ ।

युवापलायनको असर देशको अर्थतन्त्र र सामाजिक क्षेत्रमा कुन रूपमा र कुन हदसम्म पर्न सक्छ भन्ने विषयमा राज्यबाट नीतिगत छलफल भई आवश्यक नीति, कार्ययोजना तथा कार्यक्रम तर्जुमा गर्ने र त्यसलाई कार्यान्वयन गर्ने काम हुन सकेको छैन । बिदेसिने युवाको संख्या बढेसँगै रेमिटेन्स आप्रवाह बढेको छ । देशको वर्तमान आर्थिक संरचनालाई दृष्टिगत गर्ने हो भने रेमिटेन्स आप्रवाहमा भएको वृद्धिलाई सकारात्मक रूपमा लिनुपर्ने हुन्छ । तर जनशक्ति बिक्री गरेर मात्रै आएको पैसाले अर्थतन्त्रलाई कति समय थेग्ला ? सरकार र राजनीतिक दलहरुले हालसम्म यसबारे चिन्तन गरेको पाइँदैन । विदेशमा आर्जन गरेको पैसाले अल्पकालीन रुपमा फाइदा गरे पनि त्यो टिकाउ हुँदैन् । जबसम्म देशको ढाड बलियो हुन्न, तबसम्म भाँचिएको ढाडमा पेटी बाँधेर एकछिन सञ्चो भए जस्तो हो रेमिटेन्स । समग्र देशको अर्थतन्त्र बलियो नभएसम्म वा वास्तविक उपचार नभएसम्म पेटी बाँधेर समस्या समाधान भएको ठान्न सकिन्न । रेमिटेन्सले हुने भए मेक्सिको कहाँ पुग्थ्यो, फिलिपिन्स कहाँ पुग्थ्यो, बङ्गलादेश कहाँ पुग्थ्यो । भारत र चाइना पनि आफ्नै देशमा सक्षम र दक्ष जनशक्तिलाई रोजगारी सिर्जना गरेर दक्ष जनशक्ति पलायन रोकेर सम्वृद्ध हुँदैछन् । रेमिटेन्सको 'मूते न्यानो'मा भुलेर बस्ने हो भने त्यो देशको हालत कहिल्यै सुद्रिन्न । नत्र मेक्सिको धनी हुनुपर्ने थियो तर अमेरिका धनी र संमृद्ध छ । मेक्सिकनहरु अमेरिका नभए बाँच्न नसक्ने भएका छन् किनभने त्यहाँको अर्थतन्त्र रेमिटेन्स उन्मुख छ । यसर्थ मुलुक रेमिट्यान्समा मात्र भर पर्नु हुन्न ।

Opinion @ Social Network

सम्पर्क बिहिन सम्बन्धहरु पनि बलियो नै हुन्छन यदि सम्झिने मन बदलिएन भने ।
चन्द्र आरसिको *फेसबुकबाट* ;*https://www.facebook.com/Chandra.Rc*

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

दलीय व्यवस्थाले जलस्रोतमाथि गरेका कुकर्म

रत्नसंसार श्रेष्ठ

पानीमाथि अधिकारको सन्दर्भमा माथिल्लो तटीय देशमा भौतिक संरचना निर्माण गरेर नदीको पानी पथान्तरण गरेर तल्लो तटीय देशमा मूल्य अभिवृद्धि गरिएको पानी उपलब्ध गराएबापत मूल्य लिने-दिने सम्बन्धमा केही देशहरूबीच सम्झौता भएका छन् । सन् १९२७ डिसेम्बरमा सिंगापुर मलेशियाबाट छुट्टिनु अघि तत्कालीन सिंगापुर नगरपालिकाले मलेशियाको जाहोर प्रान्तको नदी पथान्तरण गरेर अप्रशोधित पानी प्राप्त गर्न केही रकम तिर्ने गरेर जमिन भाडामा लिन र प्रशोधित पानी मलेशियाको जाहोर प्रान्तलाई मूल्य लिएर बिक्री गर्ने गरेर सम्झौता गरेको थियो । पछि सन् १९६१ अक्टोबरमा सिंगापुरले मलेशियाबाट अप्रशोधित पानी मूल्य तिरेर लिने र मलेशियालाई प्रशोधित पानी पनि मूल्य लिएर उपलब्ध गराउने सम्झौता गरिएको थियो । पछि यो सम्झौतालाई प्रतिस्थापन गर्ने गरेर सन् १९६२ सेप्टेम्बरमा यस्तै प्रकृतिको अर्को सम्झौता गरिएको थियो । त्यस्तै सन् १९८६ अक्टोबरमा दक्षिण अफ्रिकाले लेसेथोको नदीको पथान्तरण गरिएको पानी मूल्य तिर्ने गरेर खरिद गर्ने सन्धि गरेको थियो । यी केही उदाहरण हुन् । यहाँ पानीको मूल्यको चर्चा गर्दा नदीमा प्राकृतिक रूपमा बगेको पानीको मूल्यको कुरा गरिएको होइन । प्राकृतिक रूपमा बगेको नदीको पानीको आफैंमा मूल्य हुँदैन । भौतिक संरचना निर्माण गरी पथान्तरण गरिएको पानी मूल्य अभिवृद्धि गरिएको पानी हो भने जलाशयमा सञ्चित पानी पथान्तरण गरिएको पानी भन्दा धेरै बहुमूल्य हुन्छ र यहाँ चर्चा यसैको हो । साथै माथिल्लो तटीय देशमा नदीमा भौतिक संरचना निर्माण गरेर तल्लो तटीय देशलाई बाढी नियन्त्रण सेवा उपलब्ध गराएर पनि माथिल्लो तटीय देशले मूल्य प्राप्त गर्ने गरेर सन्धि गरिएको उदाहरण छ । सन् १९६१ मा सम्पन्न कोलम्बिया सन्धि अनुसार संयुक्त राज्य अमेरिकामा बाढी नियन्त्रण गर्न माथिल्लो तटीय राष्ट्र क्यानाडामा भौतिक संरचना निर्माण गरेर क्यानाडाले मूल्य प्राप्त गरेको छ । नेपाल र भारतबीच पनि कोशी र गण्डक सन्धिहरू सम्पन्न गरी नेपालमा कोशी र गण्डकी नदीहरूमा भारतलाई भौतिक संरचना निर्माण गर्न दिएर पानी पथान्तरण गरी भारतमा सिंचाइको लागि मूल्य अभिवृद्धि गरिएको पानी उपलब्ध गराइँदैछ भने तिनै भौतिक संरचनाबाट भारतमा बाढी नियन्त्रण पनि हुन्छ । यस्ता दुवै कार्यबापत माथिल्लो तटीय देशले तल्लो तटीय देशबाट मूल्य प्राप्त गर्ने नजिर भएको पृष्ठभूमिमा यी दुई सन्धिको निम्न पंक्तिमा विवेचना गरिएको छ । त्यस्तै महाकाली नदीलाई सीमा नदी हो भन्दै पञ्चेश्वरमा जलाशययुक्त आयोजना निर्माण गरी मुख्यतया भारतमा सिंचाइ र बाढी नियन्त्रण गर्न महाकाली सन्धि गरियो, जसबाट जलविद्युत् पनि उत्पादन गर्ने लक्ष्य लिइएकोमा विस्तृत परियोजना प्रतिवेदन अद्यापि तयार नभएकोले निर्माण कार्य प्रारम्भ भएको छैन । विभिन्न कालखण्डमा देशमा बहुदलीय राजनीतिक व्यवस्था कायम रहँदा सम्पन्न जलस्रोत सम्बन्धी यी तीनवटै सन्धिहरू नेपालप्रति असमान र अन्यायपूर्ण छन् भनिन्छ र राष्ट्रघाती कहलिएका छन् । तसर्थ राजनीतिक व्यवस्था र जलस्रोतमा राष्ट्रघातको अन्तरसम्बन्ध निम्न पंक्तिहरूमा केलाइएको छ ।

कोशी सन्धि : सन् १९५१ फेब्रुअरीमा नेपालमा राणाहरूको जहानियाँ शासनको अन्त्यपछि राजा त्रिभुवनले एक सामान्य नागरिक तथा नेपाली कांग्रेसका पहिलो सभापति मातृकाप्रसाद कोइरालाको प्रधानमन्त्रीत्वमा सन् १९५१ नोभेम्बरमा मन्त्रिमण्डल गठन गरेका थिए । तर नेपाली कांग्रेस पार्टीमा दुई दाजुभाइ मातृकाप्रसाद कोइराला र विश्वेश्वरप्रसाद कोइराला बीच वैमनस्य उत्पन्न भएर मातृकालाई पार्टीबाट निष्काशित गरिएपछि उनले सन् १९५२ अगष्टमा प्रधानमन्त्री पदबाट राजीनामा दिएका थिए । त्यसपछि मातृकाले कांग्रेसभित्रैबाट समान विचारका मानिस लिएर राष्ट्रिय प्रजा पार्टी नामको नयाँ पार्टी गठन गरेपछि सन् १९५३ जूनमा राजा त्रिभुवनले मातृकाकै प्रधानमन्त्रीत्वमा अर्को मन्त्रिमण्डल गठन गरेका थिए । सोही मातृका सरकारले सन् १९५४ अप्रिलमा कोशी सन्धि गरे । त्यस बखत देशमा तरल राजनीतिक अवस्था थियो र अस्थिरता पनि व्यापक भएको बेलामा यो सम्झौता भएको हुनाले नै यो सम्झौतामा देशमा विद्यमान तरल राजनीतिक अवस्था र व्याप्त अस्थिरता प्रतिबिम्बित गर्छ । भारतमा बाढी नियन्त्रण तथा सिंचाइ गर्न नेपालमा बाँध लगायतको भौतिक संरचना निर्माण गर्न उक्त सन्धि गरिएको थियो र सन्धिमा नेपालमा सिंचाइ गर्ने उल्लेख नै थिएन । बुझिए अनुसार कोशी नदीमा बाँध निर्माण गरेर पानी पथान्तरण गरी भारतमा जम्मा १३ लाख २३ हजार हेक्टर जमिनमा सिंचाइ गर्न पूर्वी नहर र पश्चिमी नहरबाट क्रमशः ४२५ र २४० घनमिटर प्रति सेकेन्ड (क्युमेक्स), जम्मा ६६५ क्युमेक्स पानी भारतले वर्षायाममा उपभोग्य उपयोगमा लगाइरहेको छ । साथै कोशी आयोजनाको लागत भारतीय मद्रा १ अर्ब ५.९५ करोड परेको भनिन्छ, जुन सन् १९६० दशकको पूर्वार्धमा प्रचलनमा रहेको विनिमय दर अनुसार २२ करोड २५ लाख डलर हो । बुझ्न सजिलोको लागि लेसेथोले सन् २०२० मा दक्षिण अफ्रिकाबाट १ क्युमेक्स पानी बापत २७ लाख ८९ हजार डलर मूल्य प्राप्त गरेकोलाई आधार मान्ने हो भने भारतले प्राप्त गरेको ६६५ क्युमेक्स पानी बापत वार्षिक ६१ करोड ८० लाख डलर नेपाललाई तिर्नुपर्थ्यो । तर पथान्तरण गरिएको पानी भारतलाई सिंचाइ गर्न उपलब्ध गराउने व्यवस्था सन्धिमा गरिए पनि त्यसबापत मूल्य लिने व्यवस्था कोशी सन्धिमा नगरिएकोले पथान्तरण गरिएको पानी निःशुल्क उपभोग गर्दै आएको छ । त्यसैले यो सन्धि राष्ट्रघाती हो । उक्त सन्धिमा अवधि पनि नतोकिएकोले भारतले पथान्तरण गरिएको बहुमूल्य पानी अनन्तकालसम्म निःशुल्क उपभोग गर्न मिल्ने बनाइएकोले अझ बढी राष्ट्रघाती बन्यो । भारतको निर्माण लागत सवा २२ करोड अमेरिकी डलर मात्र परेकोमा वार्षिक ६१ करोड ८० लाख डलर पर्ने मूल्य अभिवृद्धि गरिएको पानी भारतले लगिरहेछ । भारतको लागतमा आयोजना निर्माण गरिएकोले निश्चित अवधिसम्म मूल्य अभिवृद्धि गरिएको पानी भारतले निःशुल्क उपयोग गर्न पाउने र सो अवधि पछि नेपाललाई मूल्य अभिवृद्धि गरिएको पानीको मूल्य तिर्ने व्यवस्था सन्धिमा गरिनु युक्तिसंगत हुन्थ्यो । माथिको हिसाबमा भारतले के कति बाढी नियन्त्रणबाट लाभ प्राप्त गरेको छ भन्ने आकलन गरेर माथिको हिसाबमा समावेश गर्न बाँकी नै छ । यो त सरासर तिम्रो सार्वभौम अधिकार भएको नदीमा र तिम्रो सार्वभौम भूभागमा मेरो थोरै लागतमा भौतिक संरचना निर्माण गरेर पथान्तरण गरिएको पानी म निःशुल्क उपभोग्य उपयोगमा प्रयोग गर्छु, बाढी नियन्त्रणको लाभ पनि म नै उठाउँछु, अनि बाढी र विस्थापन तिमी बेहोर र तिमीलाई केही चानचुन दिन्छु भनेको जस्तोसम्म पनि भएन । घाउमा नून-चुक दले झैं कोशीमा बाँध निर्माण गर्दा नेपालले व्यहोरेको डुबान र विस्थापन बापत कुनै क्षतिपूर्ति भारतले नेपाललाई दिएन । कोशी आयोजनाको लागि नेपालले ९०३ हेक्टर जमिन अधिग्रहण गरेर भारतलाई लिजमा उपलब्ध गराएकोमा उक्त जमिनबाट उत्पादन हुने कृषि उपज र वन पैदावारबाट नेपाल विगत ७० वर्षदेखि वञ्चित छ र उक्त बाँध अस्तित्वमा रहेसम्म वञ्चित रहनेछ । तर त्यसको परिपूरण गर्ने व्यवस्था सन्धिमा गरिएको थिएन । यिनै कारणहरूले गर्दा नै सायद मातृका आफैंले निधन हुनु ६ महिनाअघि सन् १९९७ मार्चमा नेपाल टेलिभिजनमा दिएको अन्तर्वार्तामा कोशी सन्धिमा ठूलो राष्ट्रघात भयो भनेर स्वीकार गरेका थिए ।

गण्डक सन्धि: भारतले सन् १९५६/५७ मा नेपालमा टंकप्रसाद आचार्य र सन् १९५७/५८ मा केआई सिंह प्रधानमन्त्री हुँदा गण्डक सन्धि गर्न असफल प्रयास गरेको थियो । केआई सिंहले त सन्धि गर्नुअघि विभिन्न १७ बुँदामा विचार गर्न जाँच कमिसन नै खटाएका थिए । तर तत्कालीन प्रधानमन्त्री सिंहले उठाएको १७ बुँदालाई उपेक्षा गर्दै सन् १९५९ मेमा विश्वेश्वरप्रसाद कोइरालाले प्रधानमन्त्री बनेपछि सोही वर्ष डिसेम्बरमा गण्डक सन्धि गरे । **मुख्यतः** भारतमा बाढी नियन्त्रण तथा सिंचाइ गर्न गण्डकी नदीमा नेपालको भूभागमा समेत पर्ने गरेर भौतिक संरचना निर्माण गर्न यो सन्धि पनि गरिएको थियो अनि यसबाट डुबान र विस्थापन भने नेपालले भोगेको छ ।

दुई सन्धिको संशोधन : राजा महेन्द्रलाई गण्डक सन्धि नेपालको हितमा छैन भन्ने लागेर नै शिलान्यास गर्न केही ढिलाइ गरेको देखिन्छ । सन् १९६० डिसेम्बरमा दलीय व्यवस्थाको अन्त्य गरी सन् १९६२ डिसेम्बरमा पञ्चायती व्यवस्था लागू गरिएपछि राजा महेन्द्रको पहलमा सन् १९६४ अप्रिलमा गण्डक सन्धि संशोधन गरेर सन् १९६४ मेमा राजा महेन्द्रले भारतका प्रधानमन्त्री नेहरूको उपस्थितिमा आयोजनाको शिलान्यास गरे । तर, संशोधन गरि गरेर भारतमा बाढी नियन्त्रण हुने भए तापनि यो सन्धिमा भारतमा बाढी नियन्त्रण भए बापत नेपाललाई कुनै मूल्य तिर्ने व्यवस्था गरिएन । अर्थात् सन् १९९६ मा गरिएको यो सन्धिका प्रणेताहरूले सन् १९६१ मा सम्पन्न कोलम्बिया सन्धिबाट समेत पाठ सिक्ने प्रयास नगरेर थप राष्ट्रघात गरे । समग्रमा सिंचाइ र बाढी नियन्त्रणको दृष्टिकोणबाट यो सन्धिमा चार तहमा राष्ट्रघात गरिएको देखियो । **उपसंहार :** कोशी सन्धि गर्दा गरिएको गल्ती गण्डक सन्धिमा सुधार्नुको सट्टा पुनरावृत्ति मात्र नगरेर झन् बढी गल्ती गरे । साथै ती सन्धिहरूका प्रणेताले सन् १८९५ मा नै प्रतिपादन भइसकेको पानीमाथि निरपेक्ष भौगोलिक सार्वभौमिकता सम्बन्धी हार्मन सिद्धान्त अध्ययन-मनन् नै गरेको देखिएन वा उपेक्षा गरे । त्यस्तै महाकाली सन्धि गर्दा सन् १८१६ मा सम्पन्न सुगौली सन्धिको प्रावधान मात्र उपेक्षा नगरेर भारतले अवैधानिक तरिकाले उपभोग्य उपयोगमा लगाइरहेको पानीको आँकडा समेत दृष्टिगत गरेको देखिएन । साथै सन् १९६१ मा सम्पन्न कोलम्बिया सन्धिमा भएको बाढी नियन्त्रणको लाभ बापत रकम तिर्ने व्यवस्थाको पनि उपेक्षा गरे । अर्थात् तीनवटै सन्धि गर्दा न मूल्य अभिवृद्धि गरिएको बहुमूल्य पानीको मूल्य प्राप्त गर्नेतर्फ ध्यान दिइयो, न बाढी नियन्त्रणको लाभ बापत मूल्य लिने व्यवस्था गरियो । स्मरणीय छ, नदी दोहन गरेर उत्पादन गरिने बिजुली भन्दा मूल्य अभिवृद्धि गरिएको पानी र बाढी नियन्त्रणको मूल्य धेरै बढी हुन्छ । पंक्तिकारको उद्देश्य निर्दलीय पञ्चायती व्यवस्थाको पैरवी गर्ने होइन, न सक्रिय राजतन्त्रकै पक्षपोषण गर्नु नै हो । साथै बहुदलीय व्यवस्था नेपालको हावापानी र माटो सुहाउँदो छैन भन्ने राजा महेन्द्रको भनाइको समर्थन पनि गरिएको होइन । त्यस्तै यो पंक्तिकार प्रजातन्त्र वा लोकतन्त्रको विपक्षमा पनि छैन । किनभने संसारका धेरै देशमा बहुदलीय लोकतान्त्रिक व्यवस्था भए तापनि नेपालमा जस्तो राष्ट्रघाती सन्धिहरू गरेको विरलै सुनिन्छ । छिमेकी भारतमा पनि सन् १९४७ देखि नै बहुदलीय लोकतान्त्रिक व्यवस्था छ, तर भारतप्रति राष्ट्रघाती हुने काम गरेको सुनिन्न । बरु नेपालसँग जलस्रोत सम्बन्धी सन्धिहरू गर्दा भारतलाई निकै धेरै हित हुने गरेर गरिए । अर्थात् भारतीयहरू आफ्नो मातृभूमिप्रति देशभक्त र राष्ट्रवादी छन् । तर नेपालका सन्धिकर्ताहरूको अवस्था भने सम्झनलायक रहेन ।

-अनलाइन खबर डटकम

महत्वपूर्ण टेलिफोन

प्रहरी कार्यालय ५४०२०१
बुटवल ०७१-५४०२२२
स.प्र.क्याम्प बुटवल ९७४७०४३४६९
बुटवल रामनगर ०७१-५४१२३३
भैरहवा ०७१-५२०१९९
अर्घाखाँची ०७७-५२११९९
गुल्मी ०७९-५२०१९९
परासी ०७८-५२०१९९
तौलिहवा ०७६-५६००९९
पाल्पा ०७५-५२०५३६, ५२०१९९
इप्रका रामपुर ०७५-६९१५१५

अस्पताल कार्यालय
लुम्बिनीसिटी अस्पताल ०७१-५५१५५७, ५५१५५८
लुम्बिनी अञ्चल अस्पताल ०७१-५४०२००,
भिमअस्पताल भैरहवा ०७१-५२०१९३
मिसनअस्पताल पाल्पा ०७५-५२०१११, ५२०४८९
परिवार नियोजन संघ पाल्पा ०७५-५२०७२३
पाल्पा जिल्ला अस्पताल ०७५-५२०१५४
लुम्बिनी मेडिकल कलेज प्रभास ०७५-४११२०१
पिचन्द्र परासी ०७८-५२०१८८
भैरहवा आँखा अस्पताल ०७१-५२०२६५
अर्घाखाँची जिल्ला अस्पताल ०७७-५२०२५७
तम्घास जिल्ला अस्पताल ०७९-५२०१८८
तौलिहवा जिल्ला अस्पताल ०७६-५६०२००
सिद्धार्थबाल महिला अस्पताल ०७१-५४४४५०
बुटवल हस्पितल ०७१-५४६४३२
लुम्बिनी नर्सिङ होम ०७१-५४२६४१, ५४५६४१
रेडक्रस बुटवल ५४१००४
लायन्स आँखा उ. केन्द्र बुटवल ५४५८४५
मेडिटेक अस्पताल ५४९०७२
कान्तिपूर डेण्टल हस्पिटल ०७१-५४७८४०
आँखा अस्पताल पाल्पा:०७५-५२०३३३, ५२११७९
रामपुर अस्पताल: ०७५-४००१५४

एम्बुलेन्स न.
रोटरी क्लब बुटवल ०७१-५४४६००
लियो क्लब अफ बुटवल ०७१-५४५८९३
रेडक्रस भैरहवा०७१-५२०२६३
रेयुकाई भैरहवा ०७१-५२६६७३,९८४७०२२४६४
परासी ०७८-५२०१२५
रेडक्रस पाल्पा ०७५-५२०६००
रेडक्रस तौलिहवा ०७६-५६००१५
रेडक्रस अर्घाखाँची ०७७-४२०२७५, ४२०११७
रेडक्रस गुल्मी ०७९-५२०१६३
नेपाल परिवार नियोजन संघ ०७१-५४००८१
लुम्बिनी नर्सिङ होम प्रा.लि. ०७१-५४१६४१
नेपाल भारतमैत्री समाज मो. ९८४७०२५०९९
जनसेवा क्लब नयाँमिल ९१५७०२१२४६
लुम्बिनी नि.व्या.संघ भैरहवा ६२१०५८
बनगाई क्लब बनगाई ०७६-६९०१०२
रेडक्रस देवदह ०७१-५७७०९९
लुम्बिनी मेडिकल कलेज ०७५-५२०८४०
बुटवल जेसिस ९८४७१२९९६४
न्यू एकता क्लव तानसेन : ०७५-५२२२००
परिवार नियोजन संघ पाल्पा : ९८४७१०२७६५
रामपुर टे.इन्स्टी.:९८५७०६२२४७,९८५७०६०५०४

दैनिक राशिफल

मेष : पेशामा जिम्मेवारी बढ्नेछ। जीवन साथीको सहयोग मिल्नेछ।	**तुला** : धार्मिक कार्यमा रुचि बढ्नेछ । वैदेशिक क्षेत्रको काम अघि बढ्नेछ ।
बृष : समयको प्रतिक्षा गर्नुहोस्। खानपानको विशेषमा ध्यान राख्नुहोला।	**बृश्चिक** :भाग्यले विभिन्न अवसरहरू जुराउनेछ । स्वास्थ्यको ख्याल गर्नु पर्नेछ ।
मिथुन : समाजसेवामा मन लाग्नेछ । छोटो दुरीको लाभदायक यात्रा पनि हुनेछ।	**धनु** : पारिवारिक साथ मिल्नेछ । आफ्नो क्षेत्रमा प्रभुत्व जमाउन सकिनेछ ।
कर्कट : वादविवाद सुल्झिनेछ। कार्यक्षेत्रमा माताको सहयोग मिल्नेछ।	**मकर** : आर्थिक पक्ष कमजोर रहनेछ । स्वास्थ्यप्रति सजग रहनुपर्छ ।
सिंह : योजना सफल हुनेछ। समाजमा पद प्रतिष्ठा बढ्नेछ।	**कुम्भ** : उच्च शिक्षाको लागि नयाँ अवसर हरू मिल्नेछ। स्वास्थ्यले साथ दिनेछ।
कन्या : स्वास्थ्यमा धन खर्च हुनेछ । घरायसी विवाद बढ्न सक्छ ।	**मिन** : नयाँ जिम्मेवारी हात पर्नसक्छ। विश्वास गरेको व्यक्तिबाट धोका मिल्न सक्छ।

बालनाटक — कमल रिजाल

गुरु आमा र विद्यार्थी

स्थान सामुदायिक विद्यालयको आँगन । समय बिहानको करीव ९:४५ बजे । नेपथ्यमा स्कुलको भवन, स्कुल परिसर र सुन्दर बगैंचा देखिन्छ । आँगनमा कक्षा एकका १५:२० जना भाइबहिनीहरू खेलिरहेका छन् । गुरु आमा प्रवेश गर्नुभएपछि राष्टगान बज्न सुरू हुन्छ । सबैले एकैस्वरमा गाउँछन् । विद्यार्थीहरू (राष्टगान सकिएपछि) - 'नमस्कार गुरु आमा'! गुरु आमा -(बस्दै) - नमस्ते बाबुनानी हो ' के छ हालचाल ? सबैले गृहकार्य गर्‍यौ होइन त ?! विद्यार्थीहरू (एकै स्वरमा) - हो, गुरु आमा ' गर्‍यौं ।! गुरु आमा - बिहान कति बजे उठेर केके गर्‍यौ भन त ।! विद्यार्थीहरू - पाँच बजे उठ्यौं ।

दुई गिलास पानी खायौं । दिशापिसाब गरेपछि दाँत माझेर नुहायौं । अनि एक छिन खेल्यौं । त्यसपछि खाना खाएर स्कूल आयौं गुरु आमा'! गुरु आमा - दिशापिसाब गरेपछि सबैले साबुन पानीले मिचिमिची हात धोयौ होइन ?! विद्यार्थीहरू - हो, गुरु आमा' त्यसै गर्‍यौं ।! गुरु आमा - स्यावास् । अनि दाँत कसरी माझ्यौ नि ?! विद्यार्थीहरू - ब्रसले मञ्जनलाई मुखमा दायाँबायाँ घुमाएर माझ्यौं गुरु आमा '! गुरु आमा - 'यहाँ भने गल्ती गर्‍यौ, त्यसरी दाँत माझ्ने होइन ।! विद्यार्थीहरू - कसरी माझ्ने त गुरु आमा'! गुरु आमा - पहिले मञ्जन लगाएर हातले दुई मिनेट जति दाँत र गिँजालाई कुनाकुनासम्म पुग्ने गरी मल्नुपर्छ । अनि ब्रसलाई तलमाथि (दायाँ बायाँ होइन) गरेर सफा गर्नुपर्छ । नत्र दाँत चाँडै नै बिग्रन सक्छ । बुझ्यौ ?! विद्यार्थी रामु - ओ हो त्यो त थाहै थिएन । किन त्यस्तो गर्नुपर्छ गुरु आमा '! गुरु आमा - हो, ठीक भन्यौ । सबैले बुझिराख्नुपर्ने कुरा गर्‍यौ । हामीले खाएका खानाका स-साना कण दाँतमा अड्केका हुन्छन् । यसले मुख गनाउने र दाँत बिग्रने समस्या आउन सक्छ । त्यसैले सकिन्छ भने बिहान बेलुका खानापछि दिनको दुईपटक माथि भने जस्तै गरी दाँत माझ्नुपर्छ । त्यो सम्भव नभए पनि बिहान एकपटक त माझ्नैपर्छ । ब्रसलाई दायाँबायाँ गरी चलाउँदा इनामेल खिएर चाँडै नै दाँत सड्न सक्छ बुझ्यौ ?! विद्यार्थीहरू - बुझ्यौं गुरु आमा'! गुरु आमा - यस बाहेक केके गर्‍यौ नि ? बाबा आमाका काममा पनि सघायौ कि ?! विद्यार्थीहरू - हो, गुरु आमा ' अलिअलि सघायौं ।! गुरु आमा - कसले केकस्तो काममा सघायौ भन त ?!

विद्यार्थी चम्पा - आमाले भ्याउनुभएको थिएन । त्यसैले आलु पखालेर काट्ने काममा सघाएँ ।! गुरु आमा - अनि रामुले ?! रामु - मैले खसीलाई बारीबाट घाँस काटेर ल्याएँ ।! गुरु आमा - अनि अरूले नि ?! बाँकी विद्यार्थीहरू - कसैले केही भने, कसैले केही । गुरु आमा - हो, ठीक गर्‍यौं, स्कुलको घन्टी बज्यो । जाउँ हिँड कक्षा कोठातिर । विद्यार्थीहरू हस गुरु आमा' भन्दै गुरु आमासँगै कक्षा कोठामा छिर्चन् । पर्दा खस्छ ।

-रतोपाटी डटकम

सामान्य ज्ञान

१. नेपाल सरकारले ज्येष्ठ नागरिक स्वास्थ्य बिमा तथा सबै नेपालीको बैंक खाता कार्यक्रम कहिलेबाट सुरु गर्‍यो ?
उत्तर: २०७६ बैशाख १ गते

२. पुरातात्विक महत्व बोकेको धार्मिक एवं ऐतिहासिक स्थल किच्चकबध क्षेत्र नेपालको कुन जिल्लामा पर्दछ ?
उत्तर: झापा (किच्चकबध क्षेत्र महाभारतकालीन घटना संग जोडिएको छ ।)

३. व्यवसायिक रुपमा पाँचौ पुस्ता (5G) सेवा सञ्चालन गर्ने पहिलो देश कुन हो ?
उत्तर: दक्षिण कोरिया

४. "लाल चोक" कुन दरबार भित्र रहेको चोक हो ?
उत्तर: पचपन्न झ्याले दरवार

५. काजकिस्तानले आफ्नो देशको राजधानीको नाम परिवर्तन गरी के नामाकरण गरेको छ ?
उत्तर: नुर सुल्तान

६. "चराई मिलन पर्व" कुन समुदायमा प्रचलित पर्व हो ?
उत्तर: पश्चिम नेपालमा बस्ने राना थारु समुदाय

७. "चिरै भजहर पर्व" कुन जातिसंग सम्वन्धित रहेको छ ?
उत्तर: थारु

८. "जितलाई जसले पनि आत्मसात गर्न सक्छ भने हारलाई बहादुरले मात्र पचाउन सक्छ" । यो भनाइ कसको हो ?
उत्तर: एडोल्फ हिटलर

९. ४०० मिटर लामो नेपालको एक मात्र मानव निर्मित सुरुङ कसको पालामा बनाइएको थियो ?
उत्तर: श्री ३ चन्द्रशमशेर

१०. सात पहाडहरुको शहर (City of Seven Hills) भनेर कुन सहरलाई चिनिन्छ ?
उत्तर: रोम (इटाली)

११. सुपारी विवाह कुन जातिमा प्रचलित छ ?
उत्तर: धिमाल

१२. नेपाली भाषाका प्रथम कवि कसलाई मानिन्छ ?
उत्तर: सुवानन्द दास

१३. राउटे समुदायले केवल बाजामात्र बजाएर नाच्ने नाचलाई के भनिन्छ ?
उत्तर: बैशाली

१४. दीनहीन जीवन कायरले मात्र जिउने गर्छ, के तपाई कायर हो ?! भन्ने बिचारक को हुन् ?
उत्तर: माइकल फराडे

१५. राष्ट्रिय सूचना तथा सञ्चार प्रविधि दिवस (National ICT Day) कहिले मनाउने गरिन्छ ?
उत्तर: मे २

१६. गोरखापत्रको प्रकाशन कहिलेदखि सुरु भएको हो ?
उत्तर: वि.सं. १९५८ बैशाख २४

-साभार : प्रशासन डटकम

निबन्ध — उत्तम ढुंगेल

योग गर्ने मानिस चैं मर्दैनन् र ?

औसत ४/५ वर्षमा मलाई ग्यास्ट्राइटिसले दु:ख दिने गर्दथ्यो । म निक्कै अघिदेखि खानपानमा भने सजगै थिएँ । तथापि मलाई यसले दु:ख दिने श्रृङ्खला निरन्तर चलिरह्यो । चिकित्सकसँग सल्लाह लिएर करीव एक महिना जतिको औषधी सेवन गरेपछि फेरि ४/५ वर्षलाई आनन्द हुन्थ्यो । पछिल्लो समय सोही सिलसिलामा २०८० साल फागुन महिनामा पहिलेझैं चिकित्सकसँग आफ्नो दु:ख बिसाउन पुगें । उहाँले पनि यसअघि झैं ठूलो समस्या नरहेको बताएर औषधी दिँदै भन्नु भयोक तपाईंलाई पटक पटक दु:ख दिइरहने भयो,फ्याटी लिभर (कलेजोमा बोसो जम्मा हुने) पो भयो कि ? त्यसले पनि दु:ख दिनसक्छ । तपाईंले शारीरिक अभ्यासलाई अलि जोड दिनु परो । नयाँ वर्ष आउँदै छ, नयाँ सालदेखि जीवनलाई नयाँ ढङ्गले चलाउनुस्, मिल्छ र सक्नुहुन्छ भने विहान एक-डेढ घण्टा योग गर्नुस् ।! मैले भनेँ-" म विहानको समयमा एक घण्टा त नियमित हिँड्छु ।" उहाँले थप्नुभयो," ठीक छ । हिँड्नु हुन्छ भने दौडनुहोस्, हैन भने योग गर्नुहोस् । त्यसले फ्याटी लिभरको समस्या रैछ भनेपनि ठीक हुँदै जानेछ ।" म रुटिनमा आउने समस्याबाट मुक्त हुन खोजिरहेको थिएँ । भनेँ-" यदि त्यस्तो हो भने नयाँ वर्ष किन कुर्नु पर्‍यो र ! म त्योभन्दा अघि नै योग गर्न शुरू गरिहाल्छु । मेरो घर नजिकै जीवन विज्ञानको योग प्रयोगशाला पनि छ ।" चिकित्सकसँगको भलाकुसारीपछि औषधी लिएर फर्किएँ । २०८० को चैतदेखि उक्त प्रयोगशालामा योग गर्न जान थालेँ । शुरूशुरूमा केही अप्ठेरो लागे पनि क्रमश: अभ्यस्त हुँदै गएँ । कहिलेकाहीं स्वास्थ्यका अरू समस्या आउँदा र घरदेखि टाढा जानु परेभन्दा बाहेक मैले हालसम्म योग गर्न छाडेको छैन । यसरी नियमित योग गर्दा मेरो ग्यास्ट्राइटिसका लक्षणहरू देखिएका छैनन् । योग गर्दा पैतालादेखि शिरसम्मको अङ्ग र भागहरू चल्ने हुनाले अङ्गहरूमा बोसो जम्ने सम्भावना कम हुने!रैछ । शरीरका भित्री अङ्गहरूलाई पनि चलायमान बनाउने विधिहरूले साँच्ची नै अद्भुत परिवर्तनको महसूस हुने रैछ । शरीरमा रहेका विजातीय तत्त्वहरूलाई अङ्गहरूको क्रियाशीलताले हटाउने तरिका वैज्ञानिक हुँदोरहेछ । हुन त योगको प्रादुर्भाव हजारौं वर्ष पहिले भएको मानिन्छ । योगका प्रथम आविष्कारक या भनौं प्रयोगकर्ता आदिपुरुष भगवान् शिव हुन् भन्ने मान्यता छ । शिवले यहींका हिमश्रृङ्खलाहरूमा विचरण गर्दा योगको आविष्कार भएको मानिन्छ । नेपालदेखि कैलाश (तीब्बत) को क्षेत्रमा योग जन्मिएको मान्ने हो भने हामी आज योगको इपिसेन्टर (उद्भवस्थल) मा छौं । दैनिक जीवनमा गरिने क्रियाकलाप र शरीरमा हुने समस्याहरूको निदानका क्रममा प्रयोगात्मक परीक्षण गर्ने सिलसिलामा भगवान् शिवले योग जन्माउनु भयो होला भन्ने अनुमान लगाउन सकिन्छ । त्यसपछि योग हिमालय श्रृङ्खलाबाट वरपरका क्षेत्रमा फैलँदै गयो । हाम्रा धेरै अग्रजहरूले यसमा थपघट गर्दै योग आज हाम्रो सामु परिस्कृत रूपमा आइपुगेको छ । विशेषगरी योग भनेको जोडिनु हो । शरीरमा भएका समस्याहरूलाई विभिन्न विधिहरूमा जोडेर निदान गर्नु नै योग हो । गुरुसँग शिष्य जोडिनु, मनसँग मन जोडिनु पनि योग हो । योगको विकासमा विभिन्न कालखण्डका विद्वान ऋृषिमुनिहरूको योगदान अविस्मरणीय छ । पछिल्लो समय योगलाई परिस्कृत गर्ने कार्य पतञ्जलि ऋृषिले गर्नुभएको मान्यता छ । त्यसोत योग र ध्यान सँगसँगै आउने पक्ष हुन् । योगले शारीरिक पाटोलाई मजबुत गराउँछ भने ध्यानले मानसिक स्वास्थ्यमा पुठ दिन्छ । भगवान् शिवले पनि योग गरेर हिमालमै ध्यान बसेको कुरा वैदिक ग्रन्थहरूमा उल्लेख रहेको पाइन्छ । योग र ध्यानको मिश्रणलाई स्वादिलो बनाएर आजको आधुनिक समाजमा फैलाउने श्रेय चैं भगवान् गौतम बुद्धलाई जान्छ । आजभन्दा करीव २६ सय वर्ष अगाडि दरवार त्यागेर ज्ञानको खोजका क्रममा शरीर र मनलाई विभिन्न ढङ्गले परीक्षण गरिरहनुभयो । जुनजुन क्रियाले ज्ञान आएन त्यसलाई त्याग्दै र जुनजुन क्रियाले ज्ञान प्राप्त गर्न सहयोग गरे तिनलाई आफ्ना शिष्यहरूमार्फत समाजमा फैलाउनु भयो । मानव समुदायको शारीरिक र मानसिक स्वास्थ्यमा गौतम बुद्धले गर्नुभएको यो अद्भुत योगदानलाई हामीले हालसम्म पनि पुँजीकृत गर्न चुकिरहेका छौं । त्यसतर्फ सिङ्गो समाजको ध्यान कम गएको हो कि ? पुर्खाले गरेको अनुसन्धान र निस्केको निचोडलाई हामीले थप परीक्षण र परिस्कृत गर्नपट्टि ध्यान नै दिएनौं । कोही कसैले भनिदिएको भरमा धारणा बनाउने सिलसिलाले क्रमश: हाम्रो ज्ञान र क्षमतामा खिया लाग्नु स्वभाविकै हो । आफ्ना पुर्खाले निकालेको निचोडमा थप अध्ययन र परीक्षण गर्ने जाँगरबाट निकै पर पुगेको वर्तमान यथार्थलाई हामीले मनन गर्नै पर्ने हुन्छ । यस तथ्यलाई जति छिटो मनन गर्छौं त्यति छिटो हामीले आफ्नो पुर्ख्यौली ज्ञानलाई न्याय गर्छौं । प्रतिस्पर्धा र भागदौडको वर्तमान समयमा केही समय आफ्ना लागि छुट्याउन अवश्य गाह्रो कुरा हो । तथापि मानव समुदायमा बढ्दो शारीरिक र मानसिक समस्या एवम् संकटलाई न्यूनीकरण गर्दै निराकरणको मार्गमा हिँड्नु आजको पुस्ताको अनिवार्य पक्ष हो । त्यो बाटोमा हिँड्नका लागि पूर्वजले रोपिदिएको योग र ध्यानलाई जीवनशैलीका रूपमा अपनाउँदै आफ्ना समस्याहरू समाधानतर्फ लाग्नु बुद्धिमतापूर्ण कदम हुनेछ । योग र ध्यानका विषय पूर्वीय देशहरूमा कम प्राथमिकतामा पर्न थालेपछि पश्चिमका मुलुकहरूले यसमा विहङ्गम अध्ययन गरे । योगका फाइदाहरूका बारेमा व्यवहारगत रूपमा विस्तृत अध्ययन गरी आफ्नो समाजमा लागू गरे । भारत, नेपाल, श्रीलङ्ख्ला, भूटान, तीब्बतमा पश्चिमाहरू बसेर स्थानीय भाषा सिकेर योग र ध्यानलाई आत्मासात् गरी आफूहरूको भाषामा त्यस्ता विषयहरूलाई उल्था गरेर जनमानसमा चेतना भर्न थाले । आफ्ना मिहिनेतहरूलाई जीवन्त राख्नका लागि विश्वविद्यालयहरूमा योग र ध्यानलाई पाठ्यक्रममा समावेश गरेर अध्ययन गर्ने परम्परालाई आजसम्म पनि निरन्तरता दिइरहेको पाइन्छ । आजका चर्चित विद्वान् युभल नोहा हरारीले आफ्नो पुस्तक २१ औं शताब्दीका लागि प्रस्तावित २१ वटा विषयहरूमा ध्यानलाई समावेश गर्नुले पनि पश्चिमा समाजले यसलाई कुन महत्त्वमा हेरेको रहेछ भन्ने बुझ्न सकिन्छ । योग र ध्यान उत्पत्ति भएकै भूमिमा भने यसको महत्तालाई उजागर गर्न सकिएको छैन । हाम्रा विश्वविद्यालयहरूमा योग र ध्यानका विषयमा पढाइ हुने व्यवस्था गर्न नसक्नु साँच्चै दु:ख लाग्दो पक्ष हो । तथापि रजनिश ओशो, सद्गुरु, बाबा रामदेवले भारत लगायतका देशहरूमा योग र ध्यानको महिमालाई नयाँ शिराबाट उठाउनुभएको छ । नेपालमा पनि ओशो केन्द्र, पतञ्जलि, जीवन विज्ञान, पातञ्जल लगायतका केन्द्रहरूले योग र ध्यानलाई आमरूपमा विस्तार गर्न अहम् भूमिका खेलेका छन् । यी संस्थाहरूलाई आगामी दिनमा केन्द्र, प्रदेश र स्थानीय सरकारहरूले योग र ध्यानलाई घरघरमा विस्तार गर्ने अभियानमा परिचालित गरी शारीरिक र मानसिक रूपमा स्वस्थ नागरिक उत्पादनमा ध्यान पुर्‍याउनु पर्नेछ । योगले व्यक्तिको शारीरिक स्वास्थ्य, मानसिक स्वास्थ्य, भावनात्मक स्वास्थ्यका साथै दीर्घकालीन रूपमा फाइदा पुर्‍याउँदछ । आजको संसारमा जटिल समस्याका रूपमा देखिएको मानसिक स्वास्थ्य र नसर्ने रोगहरूको तीव्रताले आउने पुस्तालाई ठूलो चुनौती दिने विश्व स्वास्थ्य संगठनले चेतावनी दिइरहेको छ । त्यस पृष्ठभूमिमा योग र ध्यानको महत्त्व समाजको तल्लो तहसम्म पुर्‍याउन राज्यका संयन्त्रहरूले पनि विशेष पहल र ध्यान दिन आवश्यक छ । त्यसो त योग र ध्यानको माध्यमबाट देशले आर्थिक प्रगति पनि गर्नसक्छ । राष्ट्रको समृद्धिका लागि योग पर्यटनको विकासमा राज्यले ध्यान दिन आवश्यक छ । हिमालय श्रृङ्ख्लाहरूका मुनि, विभिन्न ऐतिहासिक र लुम्बिनी, मुक्तिनाथ लगायतका धार्मिक स्थानहरूमा योग केन्द्रहरू खोलेर विदेशी नागरिकहरूलाई योग र ध्यानको ...प्याकेज ! बेच्न सक्दा देशको श्रीवृद्धि नै हुनेछ । फेरि व्यक्तिगत प्रसङ्गमै फर्कन्छु, करीव दुई महिनाअघि एक जना मित्र ग्यास्ट्राइटिस समस्याबाट पीडित भएको बारेमा कुराकानी हुँदा मैले आफ्नो वृत्तान्त सुनाएँ र मिलेमा नियमित योग गर्न आग्रह गरेँ । योगपछि आफ्नो स्वास्थ्यमा के-कस्तो प्रभाव पर्छ आफैं परीक्षण गर्न भनेँ । उनले त योग गर्ने मानिस चैं मर्दैनन् र ? पो भने । उनको अप्रत्यासित प्रश्नबाट म अलि असन्तुलित भएँ तर तुरुन्तै सम्हालिएर जवाफ दिएँ - योग र ध्यानकै आविष्कार गर्ने भगवान् शिव, गौतम बुद्ध, पतञ्जलि, भगवान् श्रीकृष्ण पनि मरेका हुन् नि । जब जीव भएर जन्मिइन्छ तब मृत्यु त स्वभाविक छ । मृत्यु कसैको काबुमा रहँदैन, फरक कति मात्र हो भने जसले योग र ध्यान गर्छ उस्ले बाँचुन्जेलको जीवन होसपूर्वक जिउँछ र मृत्युलाई पनि होसपूर्वक अपनाउँछ । सृष्टिको शाश्वत नियमभन्दा बाहिर त को नै पो जान सक्छ र ? तर जतिञ्जेल बाँच्छ पूर्ण मानव भएर जिउँछ र मर्दा पनि मृत्युको महिमा जानेर मर्दछ । सायद ज्ञान भनेकै त्यही होला ! जीवन नै बुझ्न सकेन भने झन् मृत्यु बुझ्न त कठीनै हुनेछ ।

-साहित्यपोस्ट डटकम

छुट्टाछुट्टै घटनामा तीन जनाको मृत्यु

पाल्पा, माघ ९/देशका विभिन्न स्थानमा भएका छुट्टाछुट्टै घटनामा तीन जनाको मृत्यु भएको छ । केन्द्रीय प्रहरी समाचार कक्षका अनुसार गुल्मी, रोल्पा र तनहुँमा भएका छुट्टाछुट्टै घटनामा तीन जनाको मृत्यु भएको हो ।

गुल्मीको धुर्कोट गाउँपालिका-५ रोहीस्थित सडकमा बसबाट खसेर एक महिलाको मृत्यु भएको छ । लु.१ ख ५७३६ नम्बरको बसबाट खसेर बसमा सवार ईश्मा गाउँपालिका-५ रातामाटा बस्ने ३९ वर्षीया शान्ती कुमालको मृत्यु भएको हो । दुर्घटनामा गम्भीर घाइते भएकी उनको गुल्मी अस्पताल तम्घासमा उपचारको क्रममा मृत्यु भएको प्रहरीले जनाएको छ । बस चालकलाई प्रहरीले नियन्त्रणमा लिएको छ । यस्तै तनहुँमा करेन्ट लागेर एक जनाको मृत्यु भएको छ । देवघाट गाउँपालिका-५ बगन्दी बस्ने ६८ वर्षीय सोम बहादुर गुरुङको करेन्ट लागेर मृत्यु भएको हो । सोही ठाउँस्थित रूखमा बाँधिएको विद्युत प्रवाह भएको तारबाट करेन्ट लागेर उनको घटनास्थलमै मृत्यु भएको जनाइएको छ । यस सम्बन्धमा प्रहरीले आवश्यक अनुसन्धान गरिरहेको छ । यस्तै रोल्पाको रून्टिगढी गाउँपालिका-६ कानकुटे डाँडास्थित सडकमा रा.१ ख २३४६ नम्बरको बसको ठक्करबाट पैदलयात्री सोही गाउँपालिका-७ बलवाङकी ७५ वर्षीया मनबुफा विक्को घटनास्थलमै मृत्यु भएको हो । बस चालकलाई प्रहरीले नियन्त्रणमा लिएको छ । घटनाको विषयमा प्रहरीले आवश्यक अनुसन्धान गरिरहेको छ ।

प्रथम अकला कपको उपाधि मोहमीलाई

पाल्पा, माघ ९/प्रथम अकला कप २०८१ को उपाधि मोहमी युवा क्लब चापाकोट -६ स्याङ्जाले हात पारेको छ । अकला युथ क्लब रामपुर -७ आमडाँडा पाल्पाको आयोजनामा भएको खुल्ला टोल स्तरीय पुरुष भलिबल प्रतियोगितामा लौली उत्थान समाज पूर्वखोला १ सिलुवालाई सोभ्mो सेटमा हराउँदै क्लवले उपाधि हात पारेको हो ।

यस्तै जेवाईसि युथ क्लबलाई २-० को सोभ्mो सेटमा हराउँदै मकैडाँडा युवा क्लवले तृतीय स्थान हासिल गरेको छ । यससँगै विजेता, उपविजेता र तृतीय हुने समूहले नगद ३० हजार, २० हजार र १० हजार सहित ट्रफी, मेडल र प्रमाणपत्र प्राप्त गरेका छन् । विजयी समूहलाई पुरस्कार वितरण गर्दै रामपुर नगरपालिकाका कार्यवाहक नगर प्रमुख बाल कुमारी थापाले टोल-टोलमा हुने विभिन्न खेलकुद प्रतियोगिताले स्थानीय स्तरमा रहेका खेलाडीहरुको प्रतिभा प्रस्फुटन गर्दै राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय स्तरका खेलाडी उत्पादनमा सघाउ पुगेको बताइन् । स्थानीय स्तरमा हुने प्रतियोगिता खेलाडीको खेल भविष्यको मार्गदर्शक भएको उनको भनाई छ । खेलले अनुशासनसँगै सभ्य नागरिक बन्न सघाउ पुऱ्याउने उल्लेख गर्दै प्रमुख थापाले सिमित स्रोत र साधनकाबिच पनि खेलकुदलाई उच्च प्राथमिकता दिई सकारात्मक भएको बताएन् । ७का वडा अध्यक्ष दोवराज तिवारीले खेलकुदले राष्ट्रलाई चिनाउने बताए । यस्तै नेपाली कांग्रेस रामपुरका सभापति एवं शहिद बहुमुखी क्याम्पस व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष नेत्र प्रसाद भट्टराईले खेलकुद क्षेत्रको विकासका लागि टोल-टोलमा हुने यस्ता प्रतियोगिताको महत्वपूर्ण भूमिका रहने बताए । क्लवका अध्यक्ष रामु क्षेत्रीको अध्यक्षता, सहसचिव सागर कंडेलको स्वागत, डोलराज श्रेष्ठको सञ्चालनमा कार्यक्रम भएको थियो । प्रतियोगितामा विभिन्न विधामा विधागत पुरस्कार प्रदान गरिएको थियो । माघ ६ गते देखि भएको प्रतियोगितामा १७ समूहको सहभागीता रहेको क्लवले जनाएको छ ।

आमा समूहलाई नौमती...

...यस समूहमा ब्राह्मण, मगर, क्षेत्री समुदायका २५ जनाभन्दा बढी महिला आवद्ध छन् ।

पञ्चेबाजा संरक्षणलाई दिगो बनाउन पनि अब आमा समूहको एउटा भवन आवश्यक परेको अध्यक्ष खड्काले बताइन । भवन निर्माणका लागि सरकारबाट सहयोगको अपेक्षा गर्दै माग गरिरहेका छौं, उनले भनिन् । पञ्चेबाजा बजाउने मात्रै नभई उक्त समूहले सामाजिक कार्य पनि गर्दै आएको छ । गाउँमा कसैको भैmभगडा भएमा त्यो पनि मिलाउने गरेको अध्यक्ष खड्काको भनाइ छ । 'गाउँमा भगडा भएमा मिलाइदिनु पऱ्यो भन्दै खासगरी दिदीबहिनीहरु आउनुहुन्छ', उनले भनिन्, 'त्यस्ता भैmभगडा पनि मिलाउने गरेका छौं ।' घरहरुमा रङरोगन गर्ने, विवाहमा खाना खुवाउनेजस्ता कार्य पनि यस आमा समूहले गर्दै आएको छ । सधैं चुलोचौकोमा सीमित हुने महिला पनि सामाजिक रुपमा सशक्त छन् भन्ने सन्देश दिन आफूहरुले यो कार्य गरेको उनको भनाइ छ । -*रासस*

खेलकुद समाचार

अस्ट्रेलियासँग हार्दै नेपाल समूह चरणबाटै बाहिरियो

काठमाडौं, माघ ९/आईसीसी १९ वर्षमुनिको महिला टी-२० विश्वकप क्रिकेटमा नेपाल अस्ट्रेलियासँग ८३ रनले पराजित हुँदै समूह चरणबाटै बाहिरिएको छ । अस्ट्रेलियाले दिएको १ सय ४० रनको लक्ष्य पछ्याएको नेपालले २० ओभरमा ८ विकेट गुमाएर ५६ रनमात्र बनाउन सक्यो । नेपालकी कप्तान पूजा महतोले सबैभन्दा धेरै १८ रन बनाइन् । नेपालका अन्य खेलाडीले दोहोरो अंकमा रन बनाउन सकेनन् । अस्ट्रेलियाकी हसरत गिल, जुलिटी मोर्टन र लिली बेसिंगथवाइटले २/२ विकेट लिए । यसअघि मलेसियाको बाङ्गीमा रहेको युकेएम क्रिकेट मैदानमा टस जितेर ब्याटिङ गरेको अस्ट्रेलियाले २० ओभरमा ६ विकेट गुमाएर १ सय ३९ रन बनायो । अस्ट्रेलियाकी काओइम्हे ब्रेले ४५ रन बनाइन् । नेपालकी कप्तान पूजा महतोले ३, सिमाना केसीले २ र रिया शर्माले १ विकेट लिइन् । प्रतियोगितामा नेपालको यो लगातार तेस्रो हार हो । नेपाल पहिलो खेलमा बङ्गलादेशसँग ५ विकेट र दोस्रो खेलमा स्कटल्यान्डसँग १ विकेटले पराजित भएको थियो । नेपाल रहेको समूह 'डी' बाट अस्ट्रेलिया, बङ्गलादेश र स्कटल्यान्ड 'सुपर-सिक्स' मा पुगेका छन् । नेपालले पहिलो पटक १९ वर्षमुनिको महिला टी-२० विश्वकप खेलेको हो । प्रतियोगितामा १६ वटा टोलीलाई चार वटा समूहमा विभाजन गरिएको छ । हरेक समूहका शीर्ष तीन टोली 'सुपर-सिक्स' मा पुग्नेछन् । १९ वर्षमुनिको महिला टी-२० विश्वकपको फाइनल खेल माघ २० गते हुनेछ ।

वर्गिकृत डिस्प्ले

१X५ साइजमा मात्र

वर्गिकृत डिस्प्लेमा विज्ञापन दिनुहोस् व्यवसाय बढाउनुहोस् ।

सम्पर्क: ०७५-५२०६०१

अर्थ /कर्पोरेट समाचार

नेप्से र कारोबार रकम दुवै बढे

पाल्पा, माघ ९/कारोबार साताको चौथौं दिन नेपाल स्टक एक्सचेञ्ज (नेप्से) परिसूचक र कारोबार रकम दुवै बढेका छन् । अघिल्लो दिनको तुलनामा बुधबार नेप्से र कारोबार दुवै बढेका हुन् ।

नेप्से परिसूचक ५२ दशमलव २६ अङ्कले बढेर दुई हजार छ सय ६५ दशमलव ४५ को बिन्दुमा कायम भएको छ । तीन सय २२ कम्पनीको एक करोड ७६ लाख ९२ हजार आठ सय १९ कित्ता शेयर ९० हजार छ सय ९६ पटक खरिदबिक्री हुँदा नौ अर्ब २० करोड ३० लाख ८८ हजार तीन सय ४९ को कारोबार भएको छ । सो अवधिको कारोबारमा सबै समूहको उपसूचक बढेको छ । सबैभन्दा धेरै अन्य समूह चार दशमलव २४ र लगानी समूह तीन दशमलव ८२ प्रतिशतले बढेको छ । बैंकिङ एक दशमलव ३२, विकास बैंक दुई दशमलव ७४, वित्त शून्य दशमलव ८९, होटल तथा पर्यटन दुई दशमलव ७१ र जलविद्युत् समूह दुई दशमलव ७१ प्रतिशतले बढेको छ । त्यस्तै, जीवन बिमा समूह एक दशमलव ८९, उत्पादन तथा प्रशोधन शून्य दशमलव शून्य आठ, लघुवित्त एक दशमलव शून्य सात, म्युचुअल फण्ड शून्य दशमलव ४९, निर्जीवन बिमा एक र व्यापार समूह दुई दशमलव ४५ प्रतिशतले बढेको छ ।कर्पोरेट डेभलपमेन्ट बैंक लिमिटेड र डोल्टी पावर कम्पनी लिमिटेडको शेयर मूल्यमा सकारात्मक सर्किट लागेको छ । सबैभन्दा बढी बाराही हाइड्रोपावर पब्लिक लिमिटेडको शेयर मूल्य आठ दशमलव २१ प्रतिशतले घटेको छ । कारोबार रकमका आधारमा सबैभन्दा धेरै एनआरएन इन्फ्रास्ट्रक्चर एण्ड डेभलपमेन्ट लिमिटेडको रु ६१ करोड ३६ लाख ४८ हजार दुई सय २० बराबरको शेयर किनबेच भएको छ ।

मनको आवाज............

'नाम पनि यूनिक, काम पनि यूनिक'

यूनिक एफ.एम. ९४.२ मेगाहर्ज

विज्ञापनको लागि सम्पर्क :
यूनिक शोसियल कम्यूनिकेशन प्रा.लि.
तानसेन, पाल्पा
०७५-५२१८६४, ५२१८६६
E-mail
news.uniquefm@gmail.com
www.uniquefm942.com

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

जनचेतना दैनिकको आधिकारीक वेबसाईट
शितलपाटी .कम
www.shittalpati.com डिजिटल पत्रिका

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 रायमाभी, प्रधान सम्पादक: जगदीशप्रसाद भट्टराई