



नव जनचेतना

NAWA JANACHETANA NATIONAL DAILY राष्ट्रिय दैनिक



नेपाली ओटीडी प्लाटफर्म 'सिनेमाघर'मा रामबाबु गुरुङ निर्देशित फिल्म 'डि.जी माइला : एमए थर्ड क्लास' रिलिज भएको छ। पुनः संपादन गर्दै फिल्मलाई रिटुभिडिओ गरेर जनाइएको छ। हलमा रिलिज भइसकेको यो फिल्मलाई कबड्डी र जारी जस्ता बलकबड्टर फिल्मको निर्माता कञ्चनजी बोसोरी फिल्म सले निर्माणा गरेको हो। दयाहाङ राई, ओजल राणा, बुद्धि तामाङ र विजय बरालको शीर्ष भूमिका छ।

आजको विचार...



जति... (दुई पेजमा)

'सविकगो नि' टिभी सिरियलकी चर्चित कलाकार गुञ्जी दर्शकनाम लोकप्रिय छिन्। खास नाम प्रियका आचार्य भएपनि दर्शकले उनलाई गुञ्जीको भूमिकामा बढी चिन्छन्। गुञ्जीका फ्यानलाई यतिबेला नयाँ स्वर छ। सिरियलको टिमले बनाउन लागेको कथानक फिल्म 'लाज शरण'बाट गुञ्जीले ठूलो पर्दामा डेब्यु गर्ने भएकी छन्। निर्माता कञ्चनजी जेठोटी क्रियसजले महत्त्वपूर्ण भूमिकामा गुञ्जीलाई साइन गरेरिएको जनाएको हो। एक सातादेखि निर्माताले फिल्मको कार्टिस्ट लाइनअप सार्वजनिक गरिरहेका छन्।



वर्ष 30 अंक 35 2021 भदौ 3 गते सोमबार 19 August 2024, Monday पृष्ठ संख्या 8 मूल्य रु ५/-

संक्षिप्त समाचार

मूल्यवृद्धि पाँच दशमलव 88 प्रतिशत

काठमाडौं, भदौ २/गत आर्थिक वर्ष २०८०/८१ को वार्षिक औसत मुद्रास्फीति पाँच दशमलव ४४ प्रतिशत रहेको छ। नेपाल राष्ट्र बैंकले आइतबार सार्वजनिक गरेको गत आर्थिक वर्षको देशको आर्थिक तथा वित्तीय स्थिति प्रतिवेदनअनुसार मूल्यवृद्धि वार्षिक सीमाभित्र देखिएको हो।
राष्ट्र बैंकका अनुसार गत आवमा आयात एक दशमलव दुई प्रतिशतले र निर्यात तीन प्रतिशतले घटेको छ। अधिल्लो वर्ष आयात १६ दशमलव एक प्रतिशतले र निर्यात २१ दशमलव चार प्रतिशतले घटेको थियो। गत आवमा विप्रेषण आप्रवाह १६ दशमलव पाँच प्रतिशतले बढेर १४ खर्ब ४४ अर्ब ३२ करोड पुगेको छ। त्यसै शोधनान्तर स्थिति ६ पाँच खर्ब दुई अर्ब ४९ करोडले बचतमा रहेको छ। अधिल्लो वर्ष शोधनान्तर स्थिति दुई खर्ब ८४ अर्ब ८२ करोडले बचतमा रहेको थियो। गत आवमा कूल विदेशी विनिमय सञ्चिति १४ अर्ब २७ करोड अमेरिकी डलर रहेको छ। उक्त सञ्चिति १३ महिनाको वस्तु तथा सेवा आयात घातन पर्याप्त छ। यो अवधिमा विलुप्त मुद्राप्रवाह १३ प्रतिशतले बढेको छ। गत आवमा बैंक तथा वित्तीय संस्थाको निक्षेप सङ्कलन १३ प्रतिशतले र निजी क्षेत्रमा प्रवाहित कर्जा पाँच दशमलव आठ प्रतिशतले बढेको छ। गत असार महसुलामा बैंक तथा वित्तीय संस्थाहरूमा रहेको कूल निक्षेप ६४ खर्ब ५२ अर्ब र निजी क्षेत्रमा प्रवाहित कर्जा ४० खर्ब ७४ अर्ब पुगेको छ।

-रासव

आयातित जनैले धानिएको 'जनै पूर्णिमा'

श्रद्धा, आस्था, मूल्य र मान्यता जोडिएका जनैजस्ता वस्तुलाई प्रतिस्पर्धात्मक बजारमा जोगाउन सकेनौं भने कुनै दिन आफ्नो अस्तित्वसँग जोडिएका वस्तुहरूको लिलामी गर्नुपर्ने दिन नआउला भन्न सकिन्छ।

रासवन्धु रायमाफो

पाल्पा, भदौ २/पछिल्लो केही वर्षयता नेपालमा भारत र चीनबाट बसेंजी ठूलो परिमाणमा जनै आयात हुने गरेको छ। पुराना पुस्ता असशक्त हुँदै जानु र नयाँ पुस्ताले जनै बाटोतर्फ ध्यान नदिएका कारण बाहिरबाट आउने जनैले सहजै बजार पाउने गरेको हो।
हरेक वर्ष जनैपूर्णिमामा विदेशी मुलुकबाट करोडौं रूपैयाँको जनै आयात हुने गरेको पाइन्छ। गाउँ/गाउँमा जनै बनाउने प्रचलन कम हुँदै गएपछि बजारमा खरिद गरि प्रयोग गर्ने क्रम बढेको छ। हरेक वर्ष चिनबाट मात्रै करिब ५० लाखको जनै आयात हुने गरेको छ। जनैपूर्णिमा अर्थात् ऋषि तर्पणीका अवसरमा भारतबाट समेत उतिरै रकमको जनै आयात हुने गरेको पाइन्छ।
विशेषगरी जनैपूर्णिमाका दिन फेन जेनेको बजार अत्यधिक रहेको र जनै बनाउने प्रचलन कम हुँदै गएकोले बाह्य उत्पादको भर पर्नुपर्ने अवस्था आएको व्यक्तिसंगीहरू बताउँछन्। नयाँ जनै फेनपुनो हिन्दू संस्कारमा रही आएको मान्यता अनुसार पूर्णिमाको दिन जनैको कारोबार पनि ठूलो हुने गरेको पाइन्छ। जनै पूर्णिमाको लागि बजारबाट मैसिनले बाटोको जनै खरिद गरेर लगाउने प्रचलन



फाइल फोटो

समेत बढेको छ। भारतबाट आउने जनै निकै सस्तो हुन्छ, तर त्यसको बनावटी राम्रो र उपयुक्त नहुने भएपनि त्यहि किन्न बाध्य भएको तानसेन कैलाशनगरका महेन्द्र अधिकारी बताउँछन्। उनले भने 'जहाँ गए पनि बजारमा त्यही बाहिरबाट आएको जनै विक्री गर्न राखेका हुन्छन्, त्यही किनार लगाउनु हासो बाध्यता हो।' बजारमा विदेशबाट आयातित र विभिन्न मैसिन तथा उपकरण प्रयोगबाट बनाइएका जनै फरक-फरक मूल्यमा पाउने गरेको

अधिकारीको भनाई छ। बजारमा मैसिनबाट बनाइएको जनै प्रतिगोटा मूल्य १० रूपैयाँ र हातले बनाएको जनै प्रतिगोटा १५ रूपैयाँमा विक्री हुने गरेको पाइन्छ।
जनै घरमा नै तयार पार्ने प्रचलन हराउँदै गएपछि बाह्य उत्पादनको भर पर्नुपर्ने अवस्था आएको गुल्मी मुसिकोटका पण्डित विष्णु धिमिरेले बताए। उनले भने, 'पहिले घरमै धागो ल्याएर बाटिन्चो अहिले कसैलाई फुसँदै नै छैन।' श्रद्धा, आस्था,

मूल्य र मान्यता जोडिएका जनैजस्ता वस्तुलाई प्रतिस्पर्धात्मक बजारमा जोगाउन सकेनौं भने कुनै दिन आफ्नो अस्तित्वसँग जोडिएका वस्तुहरूको लिलामी गर्नुपर्ने दिन नआउला भन्न सकिन्छ।
जनै त एउटा प्रतिनिधि वस्तुमात्र होह हामीमाफ आफ्नो पहिचान, गर्व र शान जोडिएका यस्ता धेरै वस्तु छन्, जसमा हामी परनिर्भर हुनुपरेको छ। अरु पनि आयातित वस्तुहरूको भरमा जीवन सहजीकरण

गँदै जाने हो भने विस्तारै हामीले आफ्नो पहिचान गुमाउँदै जानुपर्ने छ।
बाप जनै पूर्णिमा पर्व मनाउँदै प्रत्येक वर्ष श्रावण शुक्ल पूर्णिमाका दिन मनाइने रक्षाबन्धन, जनै पूर्णिमा (ऋषि तर्पणी) पर्व आज देशभर नव यज्ञोपवीत एवं रक्षाबन्धन धारण गरेर मनाइँदै छ। पूर्णिमाका दिन विहानैदेखि वैदिक सनातन धर्मावलम्बीले नदी, ताल, तलाउ, पोखरीमा गई स्नान गरेर गुरु पुरोहितबाट रक्षास्त्र बोध्छन्। तामाघारीले गुरु पुरोहितले विधिपूर्वक मन्त्रिएको यज्ञोपवीत एवं डोरो (रक्षास्त्र) धारण गरेरमा नकारात्मक तत्वबाट सुरक्षा प्राप्त हुने धार्मिक विश्वास छ। सत्ययुगमा दानवद्वारा लखेटिएका देवगणलाई गुरु बृहस्पति रक्षा विधान तयार गरी 'जेले गर्दा अत्यन्त बलशाली दानवराज बनी बाधिने। त्यसैले म तिमीलाई बाँध्छु, यसले मिलाई सुरक्षित बन्, विचलित नहोऊ' भनी डोरो बाँधेर जोगाएका थिए भन्ने पौराणिक मान्यताका आधारमा चलेको रक्षाबन्धनको परम्परा हालसम्म पनि प्रचलित छ। यसैकारण रक्षाबन्धन गर्ने बेलामा गुरु पुरोहितले 'धेन बडो बलिराजा दानवेन्द्रो महाबल तेन त्वां प्रतिबज्जामि रक्षेमा चलमाचन' भनी रक्षास्त्र, रक्षाबन्धन अथवा डोरो बाँध्ने वैदिक परम्परा रहेको छ।
-रासव

विश्व संस्कृत दिवस मनाइँदै

पाल्पा, भदौ २/आज विश्व संस्कृत दिवस नेपालमा पनि विभिन्न कार्यक्रम गरी मनाइँदै छ। प्रत्येक वर्ष श्रावण शुक्ल पूर्णिमा (जनैपूर्णिमा) को दिन पारेर यो दिवस मनाउने गरिन्छ। यस २०७५ देखि विश्व संस्कृत दिवस मनाउन प्रारम्भ गरिएको हो।
संस्कृत भाषामा रचना भएका ग्रन्थमा रहेका ज्ञान प्रचार प्रसारमा सहयोग पुऱ्याउने हेतुका साथ आजको दिन यो विश्व संस्कृत दिवस विभिन्न कार्यक्रम आयोजना गरी मनाइँदै छ। संस्कृत भाषाको संवर्द्धन तथा प्रवर्द्धनका लागि विश्व संस्कृत दिवस मनाउन लागिनेको हो।
श्रावण शुक्ल पूर्णिमा ऋषिहरूसँग जोडिएको ऋषि तर्पणीको

दिन भएकाले यो दिन विश्व संस्कृत दिवस मनाउन थालिएको हो। ऋषिले नै वेदका मन्त्र रचना गरीका माध्यमबाट देखेकाले पनि यसैदिवस संस्कृत दिवस मनाउन उपयुक्त हुने भएकाले यसको सुरुवात गरिएको जानकारहरू बताउँछन्।
संस्कृतलाई सबैभन्दा पुरानो भाषाका रूपमा लिइन्छ। नेपालमा जरो किनो प्रतिष्ठान नेपालले प्रत्येक वर्ष श्रावण शुक्ल पूर्णिमाका दिन दिवस मनाउने गर्दछ। प्राचीनतम भाषा संस्कृतको विश्वमै उपयोगिता र महत्त्व बढ्दै गए पनि यसको उदयमस्खल नेपालमा भने चासो कम हुन थालेकाले दिवस मनाउन शुरु गरिएको प्रतिष्ठानले जनाएको छ।

सूचना

जनै पूर्णिमा २०८१ को पावन अवसरमा हाम्रा शाहकवर्म, विज्ञानपदाता, पत्रकार, शुभमिन्तक तथा कर्मचारीहरूमा श्रद्धात्मक शुभकामना व्यक्त गर्दछौं। साथै जनै पूर्णिमाको अवसरमा भदौ ३ गते सोमबार दैनिकको कार्यालय बन्द हुँदा हाम्रो आगामी अंक भदौ ५ गते बुधवार मात्र प्रकाशन हुने समेत जानकारी गराइन्छ। स.



गुल्मीमा बाढीले घर बगायो, पहिरोले दर्जन बढी सडक अवरुद्ध

गुल्मी, भदौ २/गुल्मीमा बाढीले घर बगाएको छ भने दर्जन बढी सडक अवरुद्ध बनेका छन्। शनिबार रातिदेखि परेको अविरल वर्षाका कारण आएको बाढीले घर बगाउनुको साथै सडक अवरुद्ध बन्न पुगेका हुन्।
जिल्लाको छत्रकोट गाउँपालिका-४ दुमैमा खोलामा आएको बाढीले स्थानीय रामबहादुर बुचाको घर बगाएको हो। बुचाको दुईतले घर बगाउँदा दुईवटा बाख्रासहित १५ वटा कुखुरा मरेका छन् भने एउटा स्कुटर समेत बगाइदिएको छ। उक्त घटनामा मानवीय क्षति हुनबाट जोगिएको प्रहरीले जनाएको छ। महाहुरीसहित आएको वर्षाका कारण मकैखोला समेत पूर्ण रूपमा अति पुऱ्याएको छ। वर्षाका कारण ग्रामीण क्षेत्रबाट सदरमुकाम तम्घास आउने तीन दर्जनभन्दा बढी सडकहरू समेत अवरुद्ध बनेका जनाइएको छ। तम्घासतिरिडी र रिडीवामीटसम्म सडकखण्ड अवरुद्ध बनेको छ। मदन भण्डारी राजमार्ग अन्तर्गत गुल्मीदेखि गाउँपालिकाको गौडाकोट र विरवासमा



सडकमाथिबाट पहिरो खसेपछि सडक अवरुद्ध बनेको हो। त्यसैगरी तम्घास (रिडी) सडकअन्तर्गत रुम्जे गाउँपालिका १ को रिडी खर्वाइ सडक र तम्घास (रिडी) सडकअन्तर्गत रातामाटा सडक माथिबाट चट्टानसहितको पहिरो खस्दा सो क्षेत्रमा पूर्णरूपमा अवरुद्ध बनेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय गुल्मीले जनाएको छ। अविरल वर्षाका कारण रिडी/रुम्जेगाँ वामीटसम्म सडकखण्डअन्तर्गत सत्यवती

गाउँपालिका-६ उर्लीखोला नजिकै उहरेखोलामा पापीको बहाव बढेपछि सडक अवरुद्ध बनेको छ। सडक अवरुद्ध बनेपछि सदरमुकाम तम्घास र वामीटसम्मदेखि बृटवल/काठमाडौंसम्म जाने लामो तथा छोटोदुरीका सवारी साधनहरू बीचबाटोमै अलपत्र परेका छन्। यो समाचार तयार पार्दासम्म सडक सञ्चालन गर्न स्थानीय पालिका र प्रशासनद्वारा पहल भैरहे पनि वर्षा

भइरहेको र पहिरो खसे क्रम नरोकिएको कारण सडक सञ्चालन गर्न समस्या परेको प्रमुख जिल्ला अधिकारी कृष्णप्रसाद शर्माले जानकारी दिए।
वर्षाका कारण थप जोखिम बढ्न सक्ने भन्दै जिल्ला प्रशासन कार्यालय गुल्मीले खोला किनार पछि परेको प्रस्त क्षेत्रका बासिन्दाहरूलाई सतर्क भइ सुरक्षित स्थानमा बसोबास गर्न अप्ठार गरेको छ।
-रासव

शिक्षा

क्यानडा अध्ययन गर्न जाँदै हुनुहुन्छ ? ७ बुँदे सुभाब

क्यानडाको ओटावास्थित नेपाली राजदूतावासले नेपालबाट अध्ययनका लागि क्यानडा जाने विद्यार्थी र अभिभावकका लागि सात बुँदे जानकारी प्रस्तुत गरेको छ ।

दूतावासले विज्ञापित जारी गर्दै क्यानडाको नयाँ नीतिनियम तथा त्यहाँ रहँदा नेपाली विद्यार्थीहरूले पालना गर्नुपर्ने विभिन्न नियमहरूबारे पनि जानकारी गराएको हो । निकट भविष्यमै नयाँ शैक्षिक सत्रको सुरुवात हुन लागेकोले अध्ययनका लागि जान चाहेको कलेज, विश्वविद्यालयहरूको राम्रो अनुसन्धान गरेर मात्रै आवश्यक प्रक्रिया चाल्न आग्रह गरिएको छ ।

यसो छ दूतावासको ७ बुँदे सुभाब

१. विद्यार्थीहरूका लागि यस दूतावासबाट यस अघि २०८१ वैशाख १७ मा जारी गरिएको जानकारी मूलक सूचना राष्ट्रिय अध्ययन गरी क्यानडा आउने तयारी गर्न उचित हुन्छ । उक्त सूचना नेपाली राजदूतावासको <https://ca.nepalembassy.gov.np>, फेसबुक पेज Nepal Embassy, Ottawa, एएस एकाउन्ट Embassy of Nepal, Canada (@nepal_of) मा हेर्न सकिन्छ ।

२. आफूले अध्ययन गर्ने कलेज, अध्ययन गर्ने विषय, लाग्ने खर्च, कलेज रहेको सहर आदि बारे पर्याप्त खोजी (Research) गरी बुझेर आउँदा यहाँ आइसकेपछि व्यहोर्नु पर्ने समस्या कम गर्न सकिन्छ । अवास्तविक, अपर्याप्त अतिरिक्तप्रचार प्रसारमा मात्र भर गरेर पूर्ण तयारी नगरी आउँदा विद्यार्थीहरूले विविध समस्या व्यहोर्नु परेको यथार्थलाई राम्ररी ध्यान दिनुपर्छ ।

३. अध्ययनका लागि क्यानडा आउनु पूर्व क्यानडाका रहेका आफन्त, इन्टिमिज, साथीहरू, सिनियर वा पूर्व विद्यार्थीहरू, विद्यार्थीहरूका सोसल



मिडिया नेटवर्क, सम्बन्धित सहरमा रहेका गैरआवासीय नेपाली सँग (NRN) लगायत नेपाली डायस्पोराका सैलस्यारुहरूसँग सल्लो आफू आउन लागेको ठाउँ, पढाइको तौरतरिका, लाग्ने खर्च, आवासको उपलब्धता, रोजगारीका सम्भावना आदिबारे पर्याप्त मात्रामा बुझी जानकारी लिएर, तयारीका साथ आउँदा एकै चोटि व्यहोर्नुपर्ने समस्याहरू सामना गर्न सज्ज हुन्छ ।

४. अभिभावकहरूले आफ्ना छोराछोरीको अध्ययन, आवास र बस्ने खाने खर्चको यथोचित प्रबन्ध गरेर मात्र पठाउनुपर्दछ ।

क्यानडा जानासाथ रोजगारी पाइन्छु भन्ने भ्रममा पर्दा धेरै विद्यार्थीहरू विगतमा समस्यामा परेको यथार्थता बुझी क्यानडा आउँदा अध्ययनका लागि कलेज वा विश्वविद्यालयको पढाइ शुल्क, बस्ने र खाने खर्चको आवश्यक प्रबन्ध गरेर मात्र आउनुपर्छ । त्यसो नगर्दा आइसकेपछि कसिल्ला उमेरका विद्यार्थीहरूलाई एकैचोटी पर्न जाने आर्थिक, शैक्षिक, आवास, खाने खर्च र रोजगारी अभावको तनाव र चुनौतीका कारण विद्यार्थीमा पर्न सक्ने तनाव र मनोवैज्ञानिक समस्यातर्फ अभिभावक तथा विद्यार्थी दुवैले सुरुमै सावधानी अपनाउन

उचित हुन्छ ।

५. विश्वभरीबाटै आउने विद्यार्थीहरूको संख्या बढेसँगै क्यानडाभरी विद्यार्थी आवास र रोजगारीका अवसरमा तिर चाप परेका कारण बस्ने डेरा र रोजगारीको अवसर पाउन कठिन भइरहेको देखिन्छ । यो यथार्थलाई बुझेर अध्ययनका लागि क्यानडा आउनु पूर्व बस्ने ठाउँको यकिन गरेर आउन उचित हुन्छ । सोसियल मिडियामा दिइएका विज्ञापनकै आधारमा आवासका लागि अग्रिम भाडा मुक्तांनी गर्दा ठगीमा पर्न सक्ने सम्भावना बारे सचेत रहनुपर्छ ।

६. क्यानडाको हावापानी शीत ऋतु (Winter) मा अत्यन्तै चिसो हुने हुँदा सो ठाउँको हावापानी बारे पूर्व जानकारी लिएर तयारी गर्नु उचित हुन्छ ।

७. भर्खर उमेरका कसिल्ला युवा विद्यार्थीहरूले एकसोती क्यानडा पुगेपछि अध्ययनका अतिरिक्त सबै कामहरू आफै गर्नुपर्ने जसै पकाउने, सरसफाई, किममेज, परिवहन, बजार, आवतजावत आदिबारे स्थानीय तौरतरिकाबारे पूर्व जानकारी लिएर आउँदा अचानक आइपर्ने नयाँ परिस्थिति सामना गर्न सज्ज हुन्छ ।

-रातोगाढी डटकम

विद्यालय तहमा परामर्श

रामकुमार बापा

बालबालिका मानसिकरूपमा स्वस्थ नहुँदासम्म उनीहरूको सिकाइ स्तरीय हुने अपेक्षा गर्न मिल्दैन । नेपालको विद्यालय शिक्षाको अभ्यास हेर्ने हो भने बालबालिकाको बौद्धिक पक्षको विकासमा मात्रै जगशक्ति र समय खर्चेको देखिन्छ । बालबालिकाको भावनात्मक तथा सामाजिक पक्षको विकासमा खासै ध्यान दिएको पाइँदैन । विद्यालय होस वा घर अनि समाज सबै पछले पढाइ र सिकाइ उपलब्धिका लागि मात्र बालबालिकालाई दबाव दिने गर्छन् ।



आज बालबालिकामा देखिएका समस्या र अहिलेको परीक्षाको परिणाम विद्यालय, घर अनि समाजले दिएको दबावको प्रतिफल हो । उनीहरू पहिलेजस्तो सामान्य छैनन् । विद्यालयलाई विद्यार्थीहरूको मनको कुरा सुन्ने र सुनाउने स्थान नबनाएसम्म शैक्षिक स्तर सुन्नै सकिँदैन । भौतिक संरचनाभर मात्रै शैक्षिक सुधार हुने होइन । बालबालिकाको मनोसामाजिक समस्या सम्बोधन नगरेसम्म जति नै सुधार गर्छु भने पनि सम्बन्ध हुँदैन । विद्यालयमा शिक्षकशिक्षिकाले पनि बालबालिकाको शैक्षिक सुधार गर्न धेरै दुःख गरेका छन् भने घरमा पनि अभिभावकले महेतन गरेका छन् । तर, बालबालिकाको शैक्षिक अवस्थामा भने खासै सुधार आएको देखिँदैन । विद्यालय होस वा घर बालबालिकाको मनको कुरा सुन्ने र सुनाउने थलो नै बन्न सकेन । घरमा पनि डर, बास, धम्की, हिंसा र विद्यालयमा पनि यस्तै बातावरणमा बस्नुपर्नेको हुन्छ । त्यसैको परिणाम अहिले बालबालिकामा देखिएको हो ।

देखिएका हुन्छन् । तर, नेपालमा यसको बारेमा खासै अध्ययन र काम भएको पाइँदैन । स्तरीय शिक्षा प्रदान गर्ने हो भने भौतिक संरचना र प्रविधि भरिथिएरमात्रै पुग्दैन । बालबालिकाको मानसिक स्वास्थ्यमा धेरै काम गर्नुपर्छ । एक अध्ययनअनुसार १९ वर्षमुनिका केटाकेटीमा चारभन्दा एकजनामा डिप्रेसन भएको पाइएको छ । एकोपनामा मन पराउने र जिद्दी स्वभावका कतिपय केटाकेटी डिप्रेसनको सिकार हुने गर्छन् । समस्या एकातिरको छ तर हामी काम अक्षैतिर गरिरहेका छौं । समस्या केन्द्रित काम नहुँदा हाम्रा बालबालिकामा समस्या फन्क बढ्दै गइरहेको छ ।

बालबालिकामा समस्या देखिने कारणहरू :

१. विद्यालय वा घरमा दिइने सजाय
२. परिवारिक फगडा
३. साथीभाइको दुर्व्यवहार वा खिसीटयुरी
४. गरिबी
५. कक्षाकोठामा दिइने अनावश्यक तनाव
६. मोबाइल फोनको अत्यधिक प्रयोग
७. लागू पदार्थ सेवन

बालबालिकामा हुने समस्याहरू :

- क. चिन्ता, डर
- ख. अनुशासनजन्य समस्या
- ग. अत्यधिक चञ्चलपनाको समस्या
- घ. सिकाइ कठिनाई
- ङ. दिक्कारीपना
- च. तनाव
- छ. बौद्धिक अपाहृत

गर्ने, एकैले बस्ने, फर्किने, नपढ्ने, रिसाउने, आक्रामक हुने, नखाने, स्ने, फगडा गर्ने, बुद्धि बजाने, मुखमुझे लाग्ने, गृहकार्य नगर्ने, मोबाइलको बढी प्रयोग गर्ने, कुलतमा फस्ने, नरमाइलो माने र एक आपसमा धुलिमिल नहुनेजस्ता समस्या देखिन्छन् ।

विद्यालयमा शिक्षक वा शिक्षिकाको भूमिका :

मानसिक स्वास्थ्य समस्या जुनसुकै उमेर समूहका व्यक्तिलाई पनि हुनसक्छ । विशेषगरी बालबालिकाले आफ्नो समस्या भन्नु नसक्ने हुँदा उनीहरूको व्यवहारमा बढी ध्यान दिनुपर्छ । बयस्क व्यक्तिले जसरी उनीहरू भावना व्यक्त गर्न सक्दैनन् । त्यसैले बालबालिकाको व्यवहारमा उत्तराचरणको आधो, बोल्दै नबोल्ने बच्चा एकदम धेरै बोल्न थाल्यो वा कतिपयले बच्चा एकदम चुप र उदास रहन थाल्यो भने केही समस्या रहेको बुझ्नुपर्छ ।

समाधानका लागि बालबालिकाको समस्यालाई स्वीकारने र बुझ्ने प्रयास नै पहिलो उपयुक्त कदम मानिन्छ । सघीर उनीहरूसँग गुनसुतिर समय विताउनु अर्को महत्त्वपूर्ण काम हो । साथीहरूसँग धुलिमिल नगर्ने, फगडा गर्ने, राम्रि नसुत्ने र डर, तनावको कुरा गर्ने भए भने पनि मानसिक समस्या भएको हुनसक्छ । कुनै पनि कुरामा उत्साह मरिसकेको छ, सधैँ निराश हुन्छ भने मानसिक समस्या छ कि भनेर शंका गर्नुपर्छ । विद्यालयका शिक्षक वा शिक्षिकालाई आफ्नो विद्यार्थीको स्वभाव र व्यवहार थाहा हुन्छ । स्वभाव र व्यवहारमा परिवर्तन आउन थाल्यो भने समस्या छ भने बुझ्नुपर्छ । यसबारे विद्यालयका शिक्षक र शिक्षिकाले पनि बढी सतर्क हुनुपर्छ । दिनान्दिन बालबालिकाको व्यवहारमा फरक आयो भने समस्या हो कि भनेर बढी चलाको बनुपर्छ । विद्यालयमा एकजना गुनसोती सुन्ने र सम्बोधन गर्ने व्यक्ति तोकनुपर्छ । जससँग बालबालिकाले निर्विकार भएर आफ्ना समस्या भन्न सक्नु ।

-बाहारी डटकम

आयोगले योग्यता नपुगेका विद्यार्थीको शुल्क फिर्ता गर्ने



चिकित्सा शिक्षा आयोगले एकीकृत परीक्षाका लागि योग्यता नपुगेका विद्यार्थीको परीक्षा शुल्क फिर्ता गर्ने भएको छ ।

शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधिमन्त्री विद्या भट्टराईको निर्देशनपछि आयोगले योग्यता नपुगेका विद्यार्थीको परीक्षा शुल्क फिर्ता गर्ने भएको हो । आयोगको आज बसेको कार्यकारी समितिको बैठकले योग्यता पुगेका उम्मेदवारलाई प्रवेशपत्र जारीगरी परीक्षामा सामिल गराउने र तोकिएको न्यूनतम शैक्षिक योग्यता पूरा नगरेका

आवेदकको आवेदन फाराम रद्दगरी परीक्षा शुल्क फिर्ता गर्ने निर्णय गरिएको आयोगका उपसचिव मञ्जु अधिकारीले जानकारी दिए ।

उनले शैक्षिक योग्यता नपुगेका आवेदकले फाराम भर्दा बुझाएको परीक्षा दस्तुर रकम आयोगमा दखिला गरेको प्रमाणसहित फिर्ता माग गरेमा उक्त रकम सम्बन्धित परीक्षार्थीलाई फिर्ता गरिने बताए । आयोगले चिकित्सा शिक्षा स्नातक तहको विभिन्न शैक्षिक कार्यक्रमका लागि कक्षा १२ को नतिजा प्रकाशन नभए पनि फाराम भराएको

थियो ।

यसअघि फाराम भरेका तर पछि कक्षा १२ को नतिजामा योग्यता नपुगेका परीक्षार्थीको फाराम शुल्क फिर्ता गरिने प्रचलन थिएपनि तर शिक्षामन्त्री भट्टराईको निर्देशनपछि आयोगले विद्यार्थीको शुल्क फिर्ता गर्ने निर्णय गरेको जनाएको छ । आयोगले चिकित्सा शिक्षा स्नातक तहका विभिन्न विषयमा गत जेठमा आवेदन दिएका उम्मेदवारको यही भदौ १ देखि भदौ ५ गतेसम्म परीक्षा सञ्चालन गर्दैछ ।

-डिजी नेपाल डटकम

घटेको छैन इन्जिनियरिङमा विद्यार्थी आकर्षण

इन्जिनियरिङ पढाइप्रति विद्यार्थीको आकर्षण बढेको छ । शिक्षा, मानविकीलागतकले क्षेत्रमा स्नातक तहमा विद्यार्थी अभाव भइरहेका बेला इन्जिनियरिङप्रतिको आकर्षण भने घटेको छैन । जुन कुरा नेपाल इन्जिनियरिङ कलेज दुवकोट चर्चुनारायण भक्तपुरमा शनिवार भएको प्रवेश परीक्षाबाट पुष्टि भएको हो । प्रवेश परीक्षामा उत्साहजनक विद्यार्थीको सहभागिता देखिएको थियो ।



जस उ उत्तीर्ण गरेका अष्टराराज्युपट विद्यार्थी स्नातक तहमा भर्ना हुन योग्यता पुग्छ । सोहीअनुसार कलेजमा स्नातक तहका इन्जिनियरिङका विभिन्न विधामा भर्ना हुन चाहने विद्यार्थीका लागि प्रवेश परीक्षा भएको हो । कलेजका प्राचार्य एमोसिएपट प्रोफेसर दुर्गाप्रसाद भण्डारीले प्रवेश परीक्षा सफलतापूर्वक सम्पन्न भएको जानकारी गरे । छोटाे समयको अन्तरालमा विभिन्न समस्याका बाबजुद पनि प्रवेश परीक्षामा उत्साहजनक

रूपमा विद्यार्थी सहभागी भएको देखिएको उनले बताए । भण्डारीका अनुसार कलेजमा चाहिने कुल विद्यार्थीको प्रवेश परीक्षामा सहभागी भए । कलेजले आवश्यकताअनुसार निरन्तर चरणचरणमा प्रवेश परीक्षा चलाउने गर्छ । कलेजमा सबै सिनाएर चार सय ८० विद्यार्थी कोटा उपलब्ध छ । स्नातक तहमा सिभिल, सिभिल एण्ड इरल, कम्प्युटर, इलेक्ट्रोनिक्स एण्ड कम्प्युटेशन, इलेक्ट्रोनिक्स एण्ड इलेक्ट्रिकल, सिभिल फर डिप्लोमा होल्डर्सका इन्जिनियरिङका स्नातक तहमा पढाइ हुन्छ । नाफा नलिने उद्देश्यसथ भक्तपुरको चर्चुनारायण नगरपालिका दुवकोट भक्तपुरमा सञ्चालित कलेज स्थापना भएको ३० वर्ष पुगेको छ । कलेज पोखरा विश्वविद्यालयबाट सम्बन्ध प्राप्त गरी सञ्चालित छ । कलेजमा अधिकांश शिक्षकहरू पुर्णकालीन छन् भने विभिन्न विधामा छात्रवृत्तिको पनि व्यवस्था छ ।

-शिवलाल टाक्रे डटकम

वर्षाका कारण तानसेनमा घर भत्कियो



पारुपा, भदौ २/शनिबाररातीदेखि परेको अविरल वर्षाका कारण जिल्लाको तानसेनमा एक घर भत्किएको छ । वर्षाका कारण तानसेन नगरपालिका-५ कैलाशनागरमा तीनतले घर भत्किएको हो ।

आइतबार दिउँसो १ बजे एकाएक घर भत्किएको वडाध्यक्ष रामबहादुर रावलले जानकारी दिए ।

पूर्ववडाध्यक्ष स्वर्गीय मोहन लाकौलकी पत्नी राजकली लाकौलको नाममा रहेको तीनतले कच्चीघर अविरल वर्षा र हावाहुरीका कारण चर्किएको थियो । एकाएक घरको एकपाखो भत्किएपछि परिवारका सबै सदस्यहरूलाई सडकशाल बाहिर निकालिएको छ । रातभरीको हावाहुरी सहितको वर्षाले भिजेका कारण माटो

र कच्ची ईटाको प्रयोग गरेर बनाइएको घर एकाएक भत्किए पछि लाकौलपरिवारका ९ जना अहिले बेघर भएका छन् । स्थानीयवासी, नेपाली सेना, नेपाल प्रहरी, तानसेन नगर प्रहरी, नगरपालिकाका जनप्रतिनिधि, रेडक्रस सोसाईटीका स्वयंसेवकहरूको सक्रियतामा क्षति गस्त घरको अर्को पाखोको सुरक्षा गर्ने कार्य भएको छ ।

आज क्वाँटी खाने दिन, यस्ता छन् फाइदा



पारुपा, भदौ २/आज क्वाँटी खाने दिन । घर-घरमा एघार थरिका गेडागुडी मिसाई भिजाएर दुसा उमारेर खाने गरिन्छ । जनैपूर्णिमाका दिन क्वाँटी खाने प्रचलन धेरै पहिलेदेखि चलिआएको हो ।

यो प्रचलन खासगरि नेवार समुदायमा बढी छ । पछिल्लो समय भने सबै समुदायमा यसको लोकप्रियता बढेको छ । कूलो केराउ, सानो केराउ, भटमास, गेडा सिमी, बोडी, गेडा मास, गेडा मुड, चना, मस्यामलगायत नौ थरीका गेडागुडी मिसाइएको क्वाँटी आजका दिन खाने चलन छ । क्वाँटी बनाइ खानाले शरीरमा रोग नलाग्ने, पेट सफा हुने र बर्षायामभर खेतीपातीको काम गर्दा शरीरमा लागेको चिसो निकाली भित्रदेखि नै तापको सञ्चार गर्छु भन्ने धार्मिक एवं आयुर्वेद शास्त्रीय मान्यता रहेको छ । साउनमा

मनसुनी फरी परिवरहने हुँदा मानिसहरूको स्वास्थ्य खराब भई चिसो लाग्ने, ज्वरो आउनेजस्ता रोग लाग्ने हुँदा क्वाँटी खाँदा शक्ति बढाई रोगसँग लड्ने क्षमता बढाउने विश्वास छ । स्वास्थ्यका लागि फाइदाजनक क्वाँटीमा कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन, भिटामिन, मिनरल्स, फोलिक एसिड, आइरन तथा फाइबर पर्याप्त मात्रामा पाइन्छ । क्वाँटी शाकाहारी, गर्भवती महिला एवं बालबालिकादेखि बृद्धवृद्धिसम्मका लागि उपयोगी छ ।

रेसादार खानेकुरा भएकाले यसले कञ्जियत हटाउँछु अनि पाचनशक्तिमा सुधार ल्याउँछु । यसले मधुमेह नियन्त्रण राख्न सघाउ पुऱ्याउनुका साथै उच्च रक्तचाप नियन्त्रणमा समेत सहयोग गर्छु । रोगप्रतिरोधात्मक क्षमता बढाउँछु । कोलेस्ट्रॉल नियन्त्रण गर्छु । शारीरिक

तथा मानसिक स्वास्थ्यमा सुधार ल्याउँछु । स्मरणशक्ति बृद्धि हुनुका साथै कुपोषण हटाउन पनि सहयोगी हुन्छु । रक्त संचार तथा रक्तप्लाज्मालाई फाइदा पुग्छु ।

बालबालिकाको बृद्धि-विकासमा समेत सहयोग पुऱ्याउने भएकाले बर्षाँटीको महत्त्व बालबालिकादेखि बृद्धवृद्धिसम्म सबैका लागि निकै महत्त्वपूर्ण रहेको छ । पूर्णिमाका दिन नेवार समाजमा ध्यानुलेलाई भात खाउने अर्थात् 'ध्याञ्ज नकेगु' भनेर सिमीको पातमा भात, क्वाँटी, मासु, मुला, ध्यागुते फूल राखेर कृषक आफ्ना खेतमा र अन्यले घरको दैलामा राख्ने चलन छ । ध्यागुतले गढेमगलका दिन नरमछी घण्टासुरलाई बाटो भुलाई धापमा जाकिदिएकाले आजको दिन ध्यागुतको पनि पूजा गर्ने प्रचलन रहेको हो ।

खेलकूद समाचार

नेपालको विजयी सुरुवात



काठमाडौं, भदौ २/२० वर्षमुनिको साफ च्याम्पियनपशिष फुटबलमा नेपालले विजयी शुरुवात गरेको छ । ललितपुरको सातदोबाटोमा रहेको एन्फा कम्प्लेक्सको मैदानमा आइतबार भएको उदघाटन खेलमा आयोजक नेपालले श्रीलङ्कालाई १-० गोल अन्तरले हरायो । नेपालका लागि खेलको २४ औं मिनेटमा निराजन धामीले गोल गरे । आइतबारको खेलमा नेपालले गोल गर्ने अन्य अवसरहरू बनाए पनि त्यसलाई सदुपयोग गर्न सकेन । जीतसँगै नेपालले समूह 'ए' मा ३ अङ्क जोडेको छ ।

अब नेपालले समूह चरणको अन्तिम खेलमा आउँदो बिहीवार बङ्गलदेशसँग खेल्नेछ । प्रतियोगितामा मंगलबार समूह 'बी' का भारत र भुटान खेल्नेछन् । आइतबारदेखि शुरु भएको प्रतियोगिता यही भदौ १२ गतेसम्म चल्नेछ । प्रतियोगिताको समूह 'ए' मा आयोजक नेपालसँगै बङ्गलदेश र श्रीलङ्का तथा समूह 'बी' मा भारत, माल्दिभ्स र भुटान छन् ।

अर्थ/कॉरिरेट समाचार

सुनको भाउ अहिलेसम्मकै उच्च, तोलाको एक लाख ५२ हजार



पारुपा, भदौ २/सुनको भाउ अहिलेसम्मकै उच्च भएको छ । सुन आइतबार तोलामा तीन हजारले बृद्धि भई हालसम्मकै उच्च भएको हो । अन्तर्राष्ट्रिय बजारमा लगातार बढिरहेको सुनको मूल्य स्थानीय बजारमा हालसम्मकै उच्च विन्दुमा पुगेको नेपाल सुनचर्ची व्यवसायी महासंघले जनाएको छ । महासंघका अनुसार छुपावाल सुन प्रतितोला एक लाख ५२ हजार छ सय पुगेको छ । गत शुक्रबार प्रतितोला एक लाख ४९ हजार छ सयमा कारोबार भएको सुनको मूल्य प्रतितोला तीन हजारले बृद्धि भएको हो । शुक्रबार चाँदी प्रतितोला एक हजार सात सय ६० मा कारोबार भएकामा आइतबारका लागि भने एक हजार आठ सय १० निर्धारण भएको छ । चाँदीको मूल्य पनि तोलामा ५० ले बृद्धि भएको हो ।

सुनको भाउले यतिबेला निरन्तर विश्व रेकर्ड नै बनाउँदै आएको छ । अन्तर्राष्ट्रिय बजारमा एकपछि अर्को उचाइ लिएको सुनले नेपालमा पनि नयाँ कीर्तिमान बनाइरहेको छ । अन्तर्राष्ट्रिय कर्माडिटी बजारमा हुने माग र आपूर्तिले सुनको मूल्य निर्धारण हुन्छ । जब अन्तर्राष्ट्रिय कर्माडिटी बजारमा सुनको माग र आपूर्ति बढी प्रभावित हुन्छ, मूल्य पनि उच्च दरमा घटबढ हुन्छ । यतिबेला अन्तर्राष्ट्रिय बजारमा सीमित आपूर्तिबीच सुनको माग उच्च दरले बढ्दा मूल्यमा अरर परिरेको छ । अन्तर्राष्ट्रिय बजारमा सुनको मूल्य बढ्नुको प्रमुख कारण नै अमेरिकाले ब्याजदर कटौती गर्ने सुनिश्चितता गर्नु हो ।

नेपालमा हाल दैनिक २० किलो सुन आयात गर्न सक्ने व्यवस्था छ । वैदेशिक रोजगारमा रहेकाले ५० ग्रामसम्म सुनका गहना ल्याउन पाउने व्यवस्था छ । सुनको मूल्य बढ्दा नेपालबाट बाहिरिने विदेशी मुद्रा बढ्न जान्छ । विदेशी मुद्रा सञ्चिति घटेका बेला यसले नकारात्मक असर पार्न सक्छ ।

आयातित...

...तराईमा आ-आफ्ना दाजुभाइलाई दिदीबहिनीले आजे राखी बाँध्ने चलन छ । हातमा बाँधिएको डोरो गाईतिहारका दिन गाईका पुच्छरमा बधिमा मृत्युपछिको वैतरणी पारि होइन्छ भन्ने जनविश्वास छ । हिन्दु धर्मावलम्बीले यस पूर्णिमाको दिन नजिकैको तीर्थस्थलमा गई मन्त्रीउच्चारण गरी विधिपूर्वक पूजाआजा गरेर घरमा लगेको जने र खाबन्धन लगाएर जनैपूर्णिमा पर्व मनाउँदै छन् । वैदिक गुरु परम्पराअनुसार यज्ञोपवित अर्थात् जनैलाई ब्रह्मसूत्र अथवा ज्ञानको धागोसमेत भनिन्छ ।

पछिल्लो समय हिन्दु धर्मावलम्बीको पवित्र पर्वको रूपमा मनाइने जनैपूर्णिमाको महत्त्व भने पुरोहितको अभावमा पनि हराउँदै गएको छ । जनैपूर्णिमा अर्थात् खाबन्धनका दिन नजिकैको धार्मिक मठमन्दिर तथा नदीछेउमा गएर विधिपूर्वक पूजाआजा गर्नुपर्ने भएतापनि बजारमा भित्रिएका जने र धागोलाई प्रयोग गर्न थालिएको पछिदत हुमनाथ न्यौपानेले बताए । उनी भन्छन्, आधुनिकताको नाममा र पुरोहितहरूको अभावमा संस्कृति लोप हुने अवस्थातिर पुग्ने हो कि भन्ने चिन्ता थपिएको छ । 'संस्कृत भाषा शिक्षा हराइसक्यो जसको प्रभाव संस्कृतिमा परेको छ । यसले आध्यात्मिक चिन्तनको बाटोभन्दा पनि गलत प्रभावलाई जोडबल पुगेको छ', उनले भने ।

बाढीपहिरोबाट जोगिऔं

जयाभावी सडक निर्माण, खोला उत्खनन र वन विनासले बाढीपहिरो निम्त्याउने हुँदा:

- वृक्षारोपण गरौं, वनजंगल जोगाऔं, बाढीपहिरो नियन्त्रण गरौं,
- पहिरोको जोखिम भएका क्षेत्र तथा नदी किनारमा रुख, बाँस, निगालोजस्ता भू-क्षय रोक्ने खालका विस्वा रोपी र संरक्षण गरौं,
- बस्ती तथा समुदायको रक्षा गरौं,
- बाढी आएको सूचना तल्लो तटीय क्षेत्रमा दिऔं,
- घर बनाउने स्थान बाढी तथा पहिरोको जोखिममा भए नभएको एकिन गरौं ।

बाढीपहिरोबाट आफू पनि बचाँ, अरुलाई पनि बचाऔं ।



नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

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

जवजवचेतना दैनिकको आधिकारीक वेबसाईट

शितलपाटी .कम

www.shitalpati.com डिजिटल पत्रिका