जि.प्र.का. सप्तरी द.नं. ११/०४८/०४९ स.नि.हु.का.द.नं. ५/०६४/०६५

राजविराज दैनिक

वर्ष ३४ अंक ४९ २०८१ साल भदौं २९ गते शनिबार (14 Sep. 2024 Saturday) मूल्य रु. ५/-

Log in : *rajbirajdainik.com.np*

यस अंक भित्र : २ पृष्ठमा : आदि शङ्कराचार्यको पदचाप.. ३ पृष्ठमा : बालबालिकालाई प्राणायाम... ३ पृष्ठमा : दिल्लीका मुख्यमन्त्री केजरीवाललाई...

नयाँ नेतृत्वका लागि कानुन व्यवसायीहरुको निर्वाचन हुँदै

दैनिक समाचारदाता
राजविराज, २८ भदौं ।

सप्तरी जिल्ला बार एकाईको नयाँ नेतृत्वका लागि शनिबार निर्वाचन हुँदैछ ।

अध्यक्षसहित कार्यसमितिको ११ तथा ५ केन्द्रिय पार्षदका लागि हुने निर्वाचनमा दुई समूह चुनावी मैदानमा छन् ।

एक समूहबाट अध्यक्ष पदमा उपेन्द्रप्रसाद यादव, सचिवमा सुरेश सिंह र सदस्यहरुमा दिपेश कुमार चौधरी, ज्ञानेन्द्र प्रसाद यादव, बिरबहादुर कडारी, महेन्द्र प्रसाद यादव र हेमनारायण चौधरी चुनावी प्रतिस्पर्धामा छन् । उक्त समूहबाट महेन्द्र प्रसाद देव, मनु खनाल, शंकर कुमार मिश्र, केशरलाल खंग र रमाकान्त चौधरी केन्द्रिय पार्षदका उम्मेदवार हुन् ।

अध्यक्ष पदका उम्मेदवार उपेन्द्र प्रसाद यादव ।

अध्यक्ष पदका उम्मेदवार कामेश्वर यादव

त्यस्तै अर्को समूहबाट अध्यक्ष पदमा कामेश्वर यादव, सचिव रामएकबाल मण्डल तथा सदस्यमा लवेन्द्र प्रसाद देव, धिरेन्द्र लाभ, रामनरेश चौधरी, देवनाथ चौधरी र शिवनारायण यादव उम्मेदवार छन् । सोही समूहबाट ध्रुबकुमार मण्डल, श्यामनारायण यादव, भोजराज शर्मा, बलराम देव र कमलकुमार यादव केन्द्रिय पार्षदका उम्मेदवार छन् ।

यसअघि सहसचिव पदमा शैलजाकुमारी साहको एक मात्र उम्मेदवारी परेका कारण उनी निर्विरोध निर्वाचित भएकी छिन् । यस्तै उपाध्यक्ष पदमा उम्मेदवारी दिएका दिलिप चौधरीले उम्मेदवारी फिर्ता लिँदा मिस्टर चौधरी तथा कोषाध्यक्ष पदमा उम्मेदवारी दिएका बैजनाथ चौधरीले उम्मेदवारी फिर्ता लिँदा निलमकुमारी यादव निर्विरोध निर्वाचित भएको निर्वाचन समितिका संयोजक केशवप्रसाद दासले जानकारी दिए ।

त्यस्तै एक महिला सदस्य पदमा भने दुवै समूहबाट उम्मेदवारी नपरेपछि सो पद हाल रिक्त हुन गएको र पछि मनोनयन प्रक्रियाबाट पूर्ती गरिने निर्वाचन समितिका संयोजक दासले बताए ।

अध्यक्ष पदका दुवै उम्मेदवारले स्वच्छ, न्यायिक वातावरणको सृजना, पेशागत हकहीतको संरक्षण, न्यायमा

बाँकी अन्तिम पृष्ठमा

सुस्मा कोइराला अस्पतालले आगोले पोलेका बालबालिकालाई निःशुल्क उपचार गर्ने

काठमाडौं, २८ भदौ (रासस) ।

काठमाडौंको साँखुमा सञ्चालित सुस्मा कोइराला मेमोरियल अस्पतालले आगोले पोलेको तथा जलनमा परेका बालबालिकालाई निःशुल्क उपचार गर्ने भएको छ ।

काठमाडौंको शङ्खरापुर नगरपालिका–६ साँखुमा विसं २०५४ देखि सञ्चालित सो अस्पतालले आगोले पोलेको तथा जलनमा परेका १८ वर्षभन्दा मुनिका बालबालिकालाई निःशुल्क उपचार गर्न लागेको हो ।

अस्पतालका मेडिकल डाइरेक्टर डा सन्तोष भण्डारीले देशभरका आगोले पोलेको तथा जलनमा परेका १८ वर्षभन्दा मुनिका बालबालिकालाइ अस्पतालले निःशुल्क उपचार गर्ने जानकारी दिनुभयो । उहाँका अनुसार अस्पतालले वार्षिक चार सयभन्दा बढी आगोले पोलेका तथा जलनका बिरामीको उपचार गर्दै आएको छ ।

अस्पतालका प्रशासन प्रमुख प्रफुल्ल शर्माका अनुसार आगोले पोलेका एक सयभन्दा बढी बालबालिका वार्षिक सुस्मा कोइराला मेमोरियल अस्पताल आउने गरेका छन् । यो अस्पताल नेपालकै पहिलो जलनसम्बन्धी उपचार गर्ने अस्पताल हो ।

अस्पतालले जलनको उपचारका साथै जलन रोकथामसम्बन्धी विभिन्न तालिम तथा जनचेतनामूलक कार्यक्रम सञ्चालन गर्दै आएको छ ।

हत्या घट्ना मिलापत्र गर्न दवाव आउन थालेको मृतकका परिवारजनको गुनासो

दैनिक समाचारदाता
राजविराज, २८ भदौं ।

गत असार ३ गते मुस्लिम समुदायको महान पर्व बकरइदका दिन एक पक्षको कुटाईबाट गम्भिर घाइते भएका युवकको उपचारका क्रममा मृत्यु भएको घटनामा मृतकका परिवारजनलाई मिलापत्र गर्न दवाव आउन थालेको गुनासो गरेका छन् ।

शुक्रवार मृतक राजविराज ४ का ३२ वर्षिय औरन्गजेव मियाँका बुवा मो.हबिब, काका बबलु खान र भाई मो.तवरेज आलम लगायतले पत्रकार सम्मेलनको आयोजना गर्दै यस्तो गुनासो पोखेका हुन ।

राजविराज ४ स्थित माछा हटियामा एक पक्षको कुटाईबाट गम्भिर घाइते भएका औरन्गजेवको घटनाको दुई दिन पछी उपचारका क्रममा

विराटनगरस्थित नोबेल अस्पालमा मृत्यु भएको थियो ।

राजविराज ४ स्थित रोयल इनफिल्ड अटोमोबाईलका संचालक औरन्गजेवमाथी जनावरको कुर्वानी तथा मदरसालाई सहयोगका विषयमा विवाद हुँदा धारिलो घरेलु हतियारको प्रयोग गरी हत्या गरिएको परिवारजनको भनाई छ ।

पत्रकार सम्मेलनमा मृतक औरन्गजेवका बुआ मो.हबिबले पीडक पक्षले आर्थिक लेनदेन गरी घटना मिलाउन दबाव बढाउँदै लग्नुका साथै नमिले "तिम्रो परिवारमा यस्तो घट्ना फेरी दोहोरीन सक्ने" भन्दै चेतावनी समेत दिन थालेको सुनाए ।

पीडक पक्ष पैसाको चलखेल गरी अपराध लुकाउने खेलमा लागेको भन्दै मुतकका आफन्तले सवैसंग न्यायका लागी अपिल गरेका छन । उनीहरुले औरन्गजेवको हत्यामा संलग्न भइ हाल फरार रहेकाहरुलाई अविलम्ब पक्राउ गरी कडा भन्दा कडा कारवाही गरिनु पर्ने माग समेत गरेका छन ।

अढाई वर्ष अघि बिहे भएका व्यवसायी औरन्गजेवका श्रीमती र २ काखे शिशु छन । औरन्गजेवको हत्या संगै उनीहरुको विचल्ली भएको छ ।

यता प्रहरीले उक्त घटनामा संलग्न रहेका ७ आरोपी मध्ये राजविराज नगरपालिका वडा ३ का मो.नसिर, वडा २ का मो.आशिक खान र राजगढ गाउँपालिका ६ का मो.लाल खान गरी तीन जनालाई पक्राउ गरिसकेको छ ।

उनीहरु सप्तरी जिल्ला अदालतको आदेशमा हाल पुर्पक्षका लागी राजविराज कारागारमा छन । घटनाका थप आरोपीत राजविराज नगरपालिका वडा २ का मो.असलम भन्ने तरवेज, वडा ३ का मो इमरान खान, मों इर्शाद र राजगढ गाउँपालिका ६ का मो.मिन्टु भन्ने हुसैन खान फरार छन । उनीहरुको ब्यापक खोजतलास भईरहेको प्रहरीको भनाई छ ।

लामखुट्टेको टोकाईबाट लाग्ने डेंगुका लक्षण तथा यसबाट बच्ने उपाय

लक्षण

- उच्च ज्वरो आउनु । - जोर्नी र मांशपेशीहरुमा असह्य पीडा हुनु । - आँखाको गेडी दुख्नु । - अत्याधिक टाउके दुख्नु । - शरीरमा राता बिमिराहरु आउनु ।

यस्ता लक्षणहरु देखापरेमा डेंगु हुन सक्छ । तत्काल चिकित्सक वा स्वास्थ्यकर्मीको सल्लाह लिऔं ।

बच्ने उपाय

- लामखुट्टेबाट बच्न पुरै शरीर ढाक्ने लुगा लगाऔं । - घरभित्र लामखुट्टे छिर्न नसक्ने गरि झ्याल, ढोकामा जालीवा सुत्ने बेलामा झुल लगाएर सुतौं । - घर, कार्यस्थल र सार्वजनिक स्थानमा पानी जम्न नदिऔं । - पानी राखेको भाँडालाई छोपेर राखौं । - अध्यँरा कुना-काप्चामा किटनाशक औषधी छर्कने गरौं ।

अनुरोधकर्ता : बोदेबर्साइन नगरपालिका, सप्तरी

सम्पादकीय

बसपार्क किन संचालनमा आएन !

राजविराजस्थित राजदेवी बसपार्क अझै संचालनमा आउन सकेको छैन् । दुई वर्ष अघि नै संचालनमा आउने प्रचारबाजी गरिएकोमा अझै संचालनमा आउन सकेको छैन् । तर, अहिलेसम्म निर्माण कार्य सम्पन्न नभएपछि बसपार्क ओझेलमा परेको छ । बारम्बार निर्माण कार्य चाडै सम्पन्न हुने प्रतिबद्धता जनाएपनि सो प्रतिबद्धता जनाएको पछिल्लो पटक दुई वर्ष भन्दा बढी बितिसकेको छ ।

विगत दुई दशकदेखी बसपार्क उक्त स्थानमा निर्माण गर्ने निर्णय भएको थियो । बसपार्कको पाँच/पाँच पटक शिलान्यास भईसकेको छ । तर, निर्माण कार्य अझैं सम्पन्न हुन सकिरहेको छैन् । विगतमा विभिन्न समस्या रहेकोमा अहिले सबै समस्या समाधान भएपनि निर्माण कम्पनीको लापरवाहीले काम सम्पन्न गर्न ढिलाई भइरहेको सम्बन्धीत निकायको आरोप छ । यता सम्बन्धीत निकायले पनि ती कम्पनीलाई घचघचाउन र दबाब दिन नसक्दा निर्माण कार्य अधुरो रहेको छ ।

वर्षौदेखी नगरको मुख्य सडकमा धुलो उडाउँदै गरेका सवारी साधनहरु विकल्प नहुँदा सडक किनारमै पार्किङ्ग गर्ने र संचालन गर्दै आएका छन् । बस पार्क निर्माणको ठेक्का पाएको कम्पनीले समयमै निर्माण कार्य सम्पन्न गर्न नसक्दा यस्तो अवस्था आएको भन्दै सम्बन्धी निकायले आजसम्म पन्छिदै आएको छ । तसर्थ अब बस पार्कको कार्य सम्पन्न गराउन स्थानीयले नै दवाव दिनु पर्ने बेला आएको छ ।

आदि शङ्कराचार्यको पदचाप पछ्याउँदै...

श्याम रिमाल

काठमाडौँ, २८ भदौ (रासस) ।

जम्मा ३२ वर्षको आयु पाएका आदिगुरु शङ्कराचार्यले करिब एक हजार दुई सय ३५ वर्षअघि भारतका चारै कुना पैदल भ्रमणगरी चार शङ्कराचार्य मठ स्थापना गरेका थिए । भारतकै गुरु नानक देवले भने करिब पाँच सय २४ वर्षअघि २१ वर्ष लगाएर नेपाललगायत धेरै तीर्थस्थल भ्रमण गरेर विश्वमा प्रसिद्धि कमाएका थिए । नेपाल र भारतका तिन तीर्थयात्रीले भने हालै एक वर्षमा मौसम आदि अनुकूल समय पारेर दक्षिण एसियाली क्षेत्रीय सहयोग सङ्गठन (सार्क) र चीन, तिब्बतका गरी करिब ४५० धार्मिक तीर्थस्थल भ्रमण सम्पन्न गरेका छन् ।

शिवशक्ति समागम टोलीमार्फत संयोजक नेपालका प्रदीप खनाल तथा सदस्य भारतका विनिता लेप्चा र मङ्गेश भागवत यति ठुलो सङ्ख्यामा हिन्दू, बौद्ध, शिख र जैन धर्मका विभिन्न मन्दिर, शक्तिपीठ, कुण्ड, चैत्य, गुम्बा, गुरुद्वारा, आदि भ्रमण गरी विश्वकीर्तिमान नै राख्न सक्ने स्थितिमा पुगेका छन् । सिरडी, महाराष्ट्र, भारतकी समाजसेवी लेप्चा र इन्दौर, मध्यप्रदेश, भारतका भागवतले पाकिस्तान र तिब्बतसम्म मात्र साथ दिएको तर इलाम, जितपुरमा जन्मी हाल कामपा-१४, कलङ्की बस्ने खनालले भने पूरै तीर्थस्थल दर्शन गरी आफ्नो भ्रमणबारे नेपाल र भारतका पूर्वराष्ट्रपति-उपराष्ट्रपति, पूर्वप्रधानमन्त्री, राजनीतिक दलका नेता, धार्मिक गुरु आदिलाई जानकारी गराउँदै तीर्थस्थल र कुण्डहरूका जलप्रसाद वितरण गरिरहनुभएको छ । भ्रमणका क्रममा खनाल र साथीहरूले २३ नदी, कुण्ड, तालतलाउ, सरोवर आदिमा स्नान र डुबुल्की मार्नुभएको थियो । धेरै तीर्थ र नदीहरूको उद्गमस्थल पनि उहाँहरू पुग्न सक्नुभयो ।

रमाइलो कुरा, हिन्दू र बौद्ध धर्मदर्शनको अध्ययनअध्यापन, अनुसन्धानका लागि प्रख्यात प्राचीन नालन्दा विश्वविद्यालय, बिहार, भारत र तक्षशिला विश्वविद्यालय, टक्सिला, खैबरपक्तुन, पाकिस्तान पनि पुगी टोलीले सामान्य पुरातात्त्विक र इतिहासबारे पनि जानकारी लियो । पूर्वीय दर्शनका धरोहर ती स्थलमा पुगी वस्तुस्थितिबारे अवगत हुन पाउनु पनि सौभाग्य रहेको खनाल ठान्नुहुन्छ । अन्तरराष्ट्रिय मैत्री समाज नेपालका अध्यक्ष खनालले नेपालका राष्ट्रिय देवता पशुपतिनाथबाट तीर्थाटन सुरु गर्नुभएको थियो । विसं २०८० असार ७ गते सर्वप्रथम पशुपतिनाथको पूजा गरी त्यहाँका मूलभट्ट रावल गणेश र संहिताशास्त्री अर्जुनप्रसाद बाँस्तोलाबाट आशीर्वाद लिएर खनालले त्यसपछि सहयात्रीहरूका साथ भारत, पश्चिम बङ्गालका) शक्तिपीठ हुँदै अन्त्यमा मणिकरण शिवमन्दिर, कुल्लु, हिमाचल प्रदेश, भारतसम्म पुगेर गत महिना दक्षिण एसियाली क्षेत्रीय सहयोग सङ्गठनका नेपाल, भारत, पाकिस्तान, बङ्गलादेश, श्रीलङ्का र चीनको तिब्बत गरी ६ राष्ट्रको तीर्थयात्रा समापन गर्नुभएको थियो ।

कतिपय तीर्थस्थलबारे आफ्नो अध्ययन र सुनेका भरमा तथा कतिपय स्थानका बारे विभिन्न तीर्थयात्राका क्रममा भेट भएका गुरु, व्यवस्थापक आदिले पनि जानकारी दिए । टोलीले भ्रमण गरेका तीर्थस्थलमा चार आदिशक्तिपीठ (कामाख्या, गुहावटी, कालीघाट, कोलकाता, विमलादेवी, पुरी, र तारातारिणी, उडिसा), चारधाम (बद्रीनाथ, द्वारकाधीश, जगन्नाथपुरी र रामेश्वरम्, भारत), सप्तपुरी (हरिद्वार, अयोध्या, काशी, मथुरा, द्वारका, अवन्ती र काञ्ची), बाह्र ज्योतिर्लिङ्ग (सोमनाथ, मल्लिकार्जुन, महाकालेश्वर, ॐ कारेश्वर-ममलेश्वर आदि) छन् ।

त्यस्तै अठार महाशक्तिपीठ (शारदा पीठ, कास्मिर, ज्वालादेवी, हिमाचल प्रदेश, शङ्करीदेवी, श्रीलङ्का, कामाक्षी काञ्चीपुरम्, चामुण्डेश्वरी, मैसुर, पुरुहितिका, पीठापुरम्, जोगलम्बा, तेलङ्गाना, अलोपीदेवी (माधवेश्वरी) प्रयागराज, विशालाक्षी, वाराणसी, महालक्ष्मी, कोल्हापुर र एकविरिका, माहुरगढ आदि), ५२ शक्तिपीठ -कसैले ५१ वा १०८ पनि भन्छन्- (गुह्येश्वरी, गलेश्वर, मुक्तेश्वर, बागेश्वरी, दन्तकाली, बालात्रिपुरासुन्दरी आदि), १०८ सिद्धपीठ (भद्रकाली, दक्षिणकाली, पलाञ्चोक भगवती, गढीमाई, छिन्नमस्ता, पाथीभरा, त्रिपुरासुन्दरी, उग्रतारा, मौलाकालिका) आदि छन् ।

त्यस्तै पशुपतिनाथ र गुह्येश्वरी, हनुमानढोका, काष्ठमण्डप क्षेत्र, बुढानिलकण्ठ, स्वयम्भूनाथ, बौद्धनाथ, दक्षिणकाली, चार नारायण, चार बाराही, नौ गणेश, कृष्ण मन्दिर, महालक्ष्मी स्थान, बगलामुखी, नालाउग्रचण्डी, चण्डेश्वरी (टोखा र काभ्रेपलाञ्चोक), महाकाँल, कालभैरव, सङ्कटा, बगलामुखी, सर्वेश्वर (ललितपुर), मैतीदेवी, भद्रकाली, भुवनेश्वरी, तारकेश्वर, बाघभैरव, मत्स्यनारायण, डोलेश्वर, कलङ्कीमाई, दत्तात्रय, न्यातपोल पनि यात्रा गरियो ।

यसैगरी मनकामना, पाथीभरा, अर्जुनधारा, संसारीमाता, छिन्नमस्ता, कङ्कालिनी भगवती, जानकी मन्दिर, हलेसी, बागलुङ कालिका, देवघाट, मौलाकालिका, अकलादेवी, रिडी, भैरवस्थान, रणविजयेश्वरी (तानसेन भगवती), सिद्धबाबा, बागेश्वरी, जुँगे महादेव, बराह क्षेत्र, चतराधाम, पिण्डेश्वर, बुढासुब्बा (सिद्धबाबा) दर्शन गरियो ।

गङ्गामाला (देउती बज्यै), सिद्धनाथ, कल्पटे कालभैरव, त्रिपुरासुन्दरी, जगन्नाथ, निगलासैनी भगवती, उग्रतारा, घटालबाबा र शैलेश्वरी भगवती पनि तीर्थयात्रामा समेटिएको तस्बिर र श्रव्यदृश्य गरी करिब एक लाख अर्थात् एक 'टेराबाइट मेमोरी फुल' भएको प्रमाण देखाउँदै खनालले भन्नुभयो । बुद्ध इन्टरनेसनल ट्रस्ट, लन्डनका संस्थापक (दुईमध्ये एक) खनाल र टोलीले भ्रमण गरेका १३ बौद्ध तीर्थस्थलमा बौद्धनाथ, स्वयम्भूनाथ, लुम्बिनी (नेपाल), बोधगया, सारनाथ, कुशीनगर (भारत), टुथ टेम्पल, श्रीलङ्का, नेपाली गुम्बा (केरुङ, चीन) आदि तथा शिख धर्मका ११ पवित्र तीर्थस्थल नानकना साहिब, कर्तारपुर साहिब, पन्जा साहेब र माल्जी साहिब आदि (पाकिस्तान), स्वर्ण मन्दिर, अनन्तपुर साहिब, पटना साहिब भारत आदि पनि भ्रमण गऱ्यो । "यस एक वर्षको धार्मिक यात्रामा हामीलाई कुनै दिन पनि भोको बस्नुपरेन, स्वास्थ्यमा कसैको समस्या आएन र बासको पनि समस्या परेन", खनालले ईश्वरीय आशीर्वाद सम्झँदै भन्नुभयो ।

नेपालका ८०, पाकिस्तानका १६, बङ्गलादेशका १२, श्रीलङ्काका आठ, चीनका पाँच र भारतका ३२९ धार्मिकस्थल तीर्थाटनका क्रममा सम्बन्धित मन्दिर, पीठ, धाम, गुरुद्वारा, गुम्बा र चैत्यका मूलगुरु, पुजारी, व्यवस्थापक, कार्यकारी प्रमुख आदिलाई पनि टोलीले भेटी तत्तत धार्मिकस्थलहरूको संरक्षण, प्रवर्द्धन र आपसी सम्बन्ध विस्तारका लागि छलफल गर्नाका साथै बनारसमा आयोजना हुने कार्यक्रमका लागि अनौपचारिक निमन्त्रणा पनि गरियो । उहाँका अनुसार भ्रमण तालिका जस्ता व्यवस्थापकीय तथा अन्य प्राविधिक सहयोग पुऱ्याएर भ्रमण सफल पार्नेमा अन्तरराष्ट्रिय मैत्री समाज नेपालका सचिव सिर्जना तिम्सिना र राष्ट्रिय संस्कारधाम नेपालका प्रवक्ता विजयकुमार पन्त छन् ।

"दक्षिण एसिया र चीन-तिब्बतका सबै मन्दिर तीर्थस्थल, धाम, कुण्डलाई धार्मिक-आध्यात्मिक-भावनात्मक रूपले जोड्ने तथा नेपालका धार्मिकस्थललाई अन्तरराष्ट्रियस्तरमा चिनाउने हाम्रो भ्रमणको मुख्य उद्देश्य हो ", उहाँले भन्नुभयो । उहाँका अनुसार धार्मिक पर्यटन प्रवर्द्धन गर्ने पनि भ्रमण-दर्शनको लक्ष्यमध्येको एक हो । दर्शन गरिएका ८० प्रतिशत तीर्थस्थललाई त धार्मिक पर्यटन गन्तव्यका रूपमा नै विकास एवं प्रवर्द्धन गर्न सकिन्छ ।

स्वदेश फिर्तापछि उहाँले हालसम्म उपराष्ट्रपति रामसहायप्रसाद यादव, प्रतिनिधिसभाका सभामुख देवराज घिमिरे, राष्ट्रियसभाका अध्यक्ष नारायणप्रसाद दाहाल, पूर्वराष्ट्रपति विद्यादेवी भण्डारी, पूर्वउपराष्ट्रपति परमानन्द झा, पूर्वप्रधानमन्त्री लोकेन्द्रबहादुर चन्द, नेपाली कांग्रेसका नेता डा शेखर कोइराला र डा प्रकाशशरण महत, जनमत पार्टीका अध्यक्ष सिके राउत, नेकपा (एमाले) का नेता गोकुलप्रसाद बाँस्कोटा, राप्रपाका वरिष्ठ उपाध्यक्ष रवीन्द्र मिश्र, पशुपतिका मूलभट्ट रावल, संहिताशास्त्री बाँस्तोला, गोवर्द्धन पीठ, मथुरा, उत्तर प्रदेश, भारतका जगत्गुरु शङ्कराचार्य स्वामी अध्योक्षाजानन्ददेव तीर्थसँग भेटघाट गरी कैलाश-मानसरोवरलगायत विभिन्न कुण्ड र तीर्थका जलप्रसाद वितरण गरिरहनुभएको छ । मन्त्रिपरिषद्का तत्कालीन अध्यक्ष खिलराज रेग्मीले भने टोलीलाई अमेरिकाबाट नै शुभकामना र बधाई दिनुभएको छ ।

डा एपिजे अब्दुल कलाम, कोलकाताका सल्लाहकारलगायत दर्जनौँ धार्मिक, सामाजिक, आध्यात्मिक, सांस्कृतिक संस्थामा संलग्न खनालले आफ्नो भ्रमणको प्रेरणा जगत्गुरु आदि शङ्कराचार्य र गुरु नानकदेव नै भएको स्पष्ट गर्नुभयो । उहाँहरूको पदचाप र पदचिह्न पछ्याउँदै तथा आशीर्वाद लिँदै आफूले एक वर्षका अवधिमा साढे चार सय तीर्थाटन गर्न भ्याएको उहाँको भनाइ छ ।

आधा दर्जन भाषाका जानकार खनाल र साथीहरूलाई धेरै मन्दिर-तीर्थस्थलमा लाम बस्नै परेन, पुजारी, गुरु, सहयोगीहरू आफैँले दर्शनको व्यवस्था मिलाइदिन्थे । पाकिस्तान, बलुचिस्तानस्थित हिङ्गलाज शक्तिपीठमा भने विदेशीलाई प्रवेश निषेधको नियम भए पनि विशेष व्यवस्था गरेर आफूलाई दर्शन गराइएको खनालले जानकारी दिनुभयो ।

त्यस्तै भुसावल, गगनगिरिका शिष्य जगत्गुरु कल्कि भगवान्ले भन्नुभएको छ, "आदि शङ्कराचार्य र गुरु नानकभन्दा कम समयमा यतिका तीर्थको यात्रा गर्नु असाधारण र अविष्मरणीय छ । भर्खरै ५० वर्षको उमेरमा रहनुभएका प्रदीपको आध्यात्मिक जीवनका लागि मेरो आशीर्वाद छ । इतिहासमा यो घटना अवश्य लेखिन्छ ।"

आफ्नो निवास भक्तपुर, लोकन्थली आइपुग्नुभएका आफ्नो पुरानो चिनजान र सङ्गत भएका भ्रमण टोलीका संयोजक खनालसँग जलप्रसाद ग्रहण गर्दै पूर्वप्रधानमन्त्री चन्दले यस पटक दक्षिण एसियाका साढे चार सय धार्मिकस्थलमा भ्रमण, दर्शन, पूजाआजा गरी प्रसाद लिएर आएकामा स्वागत गर्नुभयो । "यस भ्रमणले इतिहासमा एक किसिमले विश्वकै अभिलेख कायम गरेको छ । आदि जगत्गुरु शङ्कराचार्य र गुरु नानकदेवपछि खनालले एक वर्षमा धेरै तीर्थयात्रा गरेकामा म उहाँलाई शुभकामना दिन्छु ।"

गुहावटीका श्रीजगत्गुरु कामाख्यापुत्र हिमालय गिरि, पुना, महाराष्ट्रका स्वामी शिवकान्त, पुना, महाराष्ट्रका स्वामी शिवकान्त, केन्द्रीय संस्कृत विश्वविद्यालय, नयाँ दिल्ली, भारतका प्रा डा रामबहादुर दुबे, भारत, हरिणायाका जगत्गुरु स्वामी ऋषिपाल आनन्दलगायतले आठौँ शताब्दीका आदि शङ्कराचार्य तथा सोहौँ शताब्दीका गुरुनानकले जस्तै भ्रमण गरेका हिन्दूधर्मावलम्बी खनालको यति ठुलो उपलब्धि परमात्माको विशेष अनुकम्पाविना असम्भव रहेको जनाउँदै उहाँलाई हिन्दू समाजका पथप्रदर्शक बन्न प्रेरणा मिलोस् भन्ने प्रतिक्रिया दिनुभएको छ ।

त्रिविबाट नेपाली विषयमा स्नातकोत्तर खनाल ज्योतिर्लिङ्ग शिव एवं शक्तिपीठको दर्शन र अनुष्ठान भएकाले आफ्नो टोलीको नाम शिवशक्ति समागम राखिएको रं २०८१ फागुनतिर उत्तरप्रदेश, काशी/ वाराणसी, भारतमा 'शिवशक्ति समागम अनुष्ठान' पनि आयोजना गरिने जानकारी दिनुहुन्छ । सो कार्यक्रममा विश्वका सनातनी धर्मावलम्बी राज्य एवं सरकार प्रमुख तथा चार शङ्कराचार्य र प्रसिद्ध गुरुहरू, धार्मिक-आध्यात्मिक अध्ययनकर्ता-अनुसन्धाता, चार धाम र चार आदिशक्तिपीठ एवं १२ ज्योतिलिङ्ग र ५२ शक्तिपीठ तथा अन्य प्रमुख मन्दिरका प्रमुख गुरुहरूलाई आमन्त्रण गरिने जनाइएको छ ।

अन्तरराष्ट्रियस्तरमा नेपालको पर्यटन प्रवर्द्धन गराउन विशेष कार्ययोजना तयार गरिने र यहाँको धार्मिक पर्यटनमा जोड दिइने पनि कार्यक्रमको लक्ष्य छ । "विश्वमा अमचयन तथा मानवजग्तमा शान्ति ल्याउनु पनि हाम्रो यात्रा र अनुष्ठानको उद्देश्य हो ", युनिभर्सल तामिल विश्वविद्यालय, मधुराईबाट मानार्थ विद्यावारिधि खनालले अझ स्पष्ट गर्नुभयो । "तीर्थयात्रा गरेर मैले कुनै आधिकारिक अभिलेख वा कीर्तिमान राख्न मात्र खोजेको होइन । मलाई भ्रमणको चार महिनाअघिदेखि यो काम गर्न मन लाग्यो र म गर्न सक्छु भन्ने आत्मविश्वास पनि जाग्यो", उहाँले भन्नुभयो ।

डा. ललन प्रसाद रौनियार
Dr. Lalan Prasad Rauniyar
MBBS (BPKIHS) Dharan, MD Paediatrics (BPKIHS) Dharan, NMC Reg. No. : 13338
कन्सलटेन्ट बाल रोग विशेषज्ञ

डा. सरोज कुमार साह
Dr. Saroj Kumar Sah
MBBS, MS Orthopaedics (BPKIHS) Dharan
Fellowship in Hand Surgery (CMC Vellore)
NMC Reg. No. : 13288
हाड जोर्नी, नशा तथा बाथ रोग विशेषज्ञ

डा. जयन्ती यादव
Dr. Jayanti Yadav
M.B.B.S. MD (Obstetrician and Gynaecologist)
हाल कार्यरत गजेन्द्र नारायण सिंह अस्पताल राजविराज
NMC Reg No. : 15312
बरिष्ठ स्त्री तथा प्रसुती रोग विशेषज्ञ

सम्पर्क : कृताञ्जली स्वास्थ्य क्लिनिक, राजविराज
Mo. No : 9842830252, 9804605569

बालबालिकालाई प्राणायाम, ध्यान र योगासनमा किन लगाउने ?

तुलसा गैह्रे

मानिस एक प्राकृतिक जीव हो र उसको जीवनशैली नै प्राकृतिक रूपमा सरल र सहज हुन आवश्यक छ, तर विज्ञान र प्रविधिको विकाससँगै कतिपय मानिसको जीवनशैली अप्राकृतिक हुन पुगेको छ ।

पछिल्लो समय खासगरी सहरबजारका बालबच्चा प्रकृतिको सामीप्यताबाट टाढा भएका छन् वा उनीहरुलाई त्यसबाट टाढा राखिएको छ । शारीरिक परिश्रमको कमी, मानसिक परिश्रमलाई विशेष महत्त्व दिने प्रवृत्तिले हिजोआजका बच्चामा उमेर अनुसारको चञ्चलता घट्दै गएको पाइन्छ ।

विद्यालय शिक्षामा निरन्तर खटिनुपर्ने दबाव एकातिर छ भने अर्कोतिर अध्ययनमा मात्रै केन्द्रित हुने र फुर्सदको समय पनि प्रविधिमा रमाउने हुँदा बालबच्चाको दिमागले उचित मात्रामा आराम पाउँदैन । शारीरिक परिश्रम नगर्न्य मात्रामा गर्दा गहिरो निद्रा र मिठो भोक समेत जाग्न छाडेको देखिन्छ ।

बाहिरि खुला वातावरणमा हिँड्ने, डुल्ने वा खेल्ने प्रकृतिका बच्चालाई हामीले सहजताका नाममा कम्प्युटर, ल्यापटप र टीभीसँग अत्यधिक सम्पर्कमा राखेर शारीरिक र मानसिक रूपमा खुम्च्याएका पनि छौं । उमेरसँगै आफ्ना छोराछोरीलाई आधुनिक प्रविधिसँग आवश्यकमा मात्रा जोड्नु स्वाभाविक हो । तर आज बालबालिका घरायसी तथा सामूहिक छलफलमा नबस्ने र बसे पनि मोबाइलमा गेम खेल्ने या टिकटक बनाउने या युट्युब हेर्नमा तल्लीन देखिन्छन्, यसतर्फ अभिभावकले ध्यान दिन आवश्यक छ ।

प्रचुर मात्रामा शारीरिक विकास हुने समयमा बालबच्चा सक्रिय हुनु स्वाभाविक वा प्राकृतिक हुन्छ तर सानैदेखि बालबच्चालाई हामीले मोबाइल, ल्यापटप वा टीभीमा भुलाउन थाल्यौं । लामो समय यस्तै प्रवृत्ति बढ्दै जाँदा हाम्रा बालबच्चाको सक्रिय जीवनशैलीमा ह्रास आउन सक्छ । परिणामस्वरूप बच्चा कतै गएर रमाउन नसक्ने, खुलेर गफगाफ नगर्ने, मनोवादमा सीमित हुने, विनाकारण पनि झर्किने र नैराश्यजस्तो देखिन थाल्छन् ।

बढ्दो सहरी बस्ती, अत्यधिक जङ्क फुडको प्रयोग, प्राकृतिक सौन्दर्यताको अभाव, भिडभाडजस्ता विषयले प्रायः जीवनका सकारात्मकताको अभाव सिर्जना गर्दै जाने गर्छ । सामाजिक सञ्जालको अत्यधिक प्रयोग, आर्थिक मन्दीको प्रभाव, देखासिकीले गर्दा खर्चिलो दैनिकी र अस्वस्थ प्रतिस्पर्धाले बढ्दै गइरहेको आपराधिक घटना क्रमले बाल मष्तिस्कमा नराम्रो र गहिरो चोट पारेको देखिन्छ ।

सामाजिक मूल्य-मान्यता र नैतिक शिक्षाको अभावले गर्दा स-साना बालबच्चाले पनि बोर लाग्यो, टेन्सन भो भन्दै देखासिकी गर्दै धुम्रपान, मद्यपान तथा लागु पदार्थको सेवन गर्न थालेको विषय नौलो हुन छाडेको छ । आजका कतिपय बालबच्चामा उत्साह, उमंग, जोस, जाँगर घट्दै गएको पाइन्छ । कताकता मानवीय संवेदना पनि क्षीण हुँदै गएको देखिन्छ ।

हिजो हाम्रो बाल्यकाल प्राकृतिक रूपमा खोलानाला, जंगल, पहाड, पर्वत, खेतबारी हुँदै प्रकृतिसँग नजिक रहेका शुद्ध अन्नपात ग्रहण गरेर, सामूहिक सेवाभाव गरेको देखेर बितेको थियो । हामीले जे-जस्तो जीवनशैली अपनाएका थियौं, आजका बालबच्चाले पनि सबै त्यस्तै गर्नुपर्छ भन्ने होइन, यद्यपि मानसिक र शारीरिक स्वस्थताका लागि केही कुराको अभ्यासलाई जोड्न सकिन्छ, ती हुन्– ध्यान, योगासन वा प्राणायाम ।

ध्यान, योगासन र प्राणायामको प्रभाव

बच्चाको प्राकृतिक स्वभाव आफैँमा पूर्ण देखिन्छ– चाहे त्यो रमाउँदा होस् वा रिसाउँदा । हरक्षण बालबालिका शत प्रतिशतमा आफ्नो कार्यमा संलग्न हुने गर्छन् । बच्चाको बढ्दो उमेरसँगै बच्चामा रहेको कोषहरूको आकार र संख्याको वृद्धि अधिक हुने र ती कोषको मृत्यु अत्यन्तै न्यून हुने गर्छन् । वृद्ध उमेरमा कोषको जन्म र मृत्युको प्रक्रिया बालबच्चाको भन्दा ठिक उल्टो देखिन्छ ।

खासगरी प्राणायाम, योगासन र व्यायामका माध्यमबाट शरीरमा बढ्दै गरेका कोषहरूले प्राण वायु (अक्सिजन) प्राप्त गर्छन् र दिमागसम्म प्रशस्त अक्सिजनयुक्त रगतको सञ्चार हुन्छ, जसले दिमागलाई ताजा र सक्रिय राख्न सघाउँछ ।

प्राणायामसँगै बिस्तारै बालबच्चालाई ध्यानको अभ्यास गराइयो भने उनीहरुले आफ्नो मस्तिष्कलाई सकारात्मक कार्यमा लगाउन सक्छन् र पढाइ तथा सिकाइमा प्रगति गर्छन् । ध्यानको अभ्यासले बालबालिकाको मन धेरैतिर भड्कनदेखि रोक्न मद्दत पुऱ्याउँछ । कतिपय बालबालिकाले पढाइलाई दबाबको रुपमा लिएका हुन्छन्, उनीहरुलाई कुनै सिकाइ वा पढाइमा एकाग्र बनाउन पनि ध्यान एउटा उचित माध्यम हो । यस्तै योगासनका माध्यमबाट बालबालिकाको शरीर लचक बन्छ ।

योगासन, प्राणायाम तथा ध्यानले शरीरमा राम्रा रसायन (जस्तै, सेरोटोनिन, जसले खुसी दिन्छ; डोपामाइन, जसले आनन्द दिन्छ र एन्डोर्फिन, जसले दिमागलाई शान्त बनाउँछ आदि) उत्पन्न गर्छन् । खुसी, आनन्द र शान्त नभई बालबालिकाले कुनै सिकाइमा ध्यान दिन वा सिर्जनशील बन्न सक्दैनन् ।

हाम्रा पुर्खाले प्राणायाम, ध्यान वा योगको अभ्यास त्यतिकै गरेका होइनन्, लामो अनुसन्धान र अभ्यासले उनीहरुले यसको महत्त्व बुझेका थिए ।

हामीलाई थाहा भएकै कुरा हो, जुन बारीमा राम्रो बिरुवा रोप्न सकिँदैन, त्यो बारीमा अवश्य पनि अनावश्यक झारपातले माटोको उर्वर क्षमता नष्ट गराउँछ । विद्यार्थीले आफ्नो इच्छा अनुसार फरक-फरक विषयको अध्ययन वा सिकाइमा रुचि राख्छन् तर त्यसमा प्रगति गर्न आफ्नो दैनिकीमा प्राणायाम, ध्यान र योगासन जोडियो भने धेरै फरक पर्छ । (लेखक नेपाल सरकारको कानुन अधिकृत हुन् ।) रातोपाटीबाट

कोशी प्रदेशको मन्त्रिमण्डल विस्तार

मोरङ, २८ भदौ (रासस) ।

कोशी प्रदेशमा मुख्यमन्त्री हिक्मतकुमार कार्की नेतृत्वको मन्त्रिमण्डल विस्तार गरिएको छ । विसं २०८१ वैशाख २७ र जेठ ४ गते गठित मन्त्रिपरिषद्मा तीन मन्त्री र एक राज्यमन्त्री थप गरी शुक्रबार मन्त्रिमण्डल विस्तार गरिएको हो ।

कोशी प्रदेशका प्रदेश प्रमुख परशुराम खापुडले मुख्यमन्त्री कार्कीको सिफारिसमा नेपालको संविधानको धारा १६८ को उपधारा (९) बमोजिम नवनियुक्त मन्त्रीहरुलाई पद तथा गोपनियताको शपथग्रहण गराउनुभएको छ । प्रदेश प्रमुख खापुडले भौतिक पूर्वाधार विकासमन्त्रीमा भूपेन्द्र राई, उद्योग, कृषि तथा सहकारीमन्त्रीमा खगेनसिंह हाङगाम र पर्यटन, वन तथा वातावरणमन्त्रीमा सदानन्द मण्डललाई शपथग्रहण गराउनुभएको हो ।

यसैगरी मुख्यमन्त्री कार्कीले भौतिक, पूर्वाधार विकास राज्यमन्त्रीमा भुमिप्रसाद राजवंशीलाई पद तथा गोपनियताको शपथग्रहण गराउनुभयो । शपथग्रहण समारोहमा कोशी प्रदेशका सभामुख अम्बरबहादुर विष्ट, प्रदेशका विभिन्न मन्त्रालयका मन्त्रीहरु, सुरक्षा निकायका प्रमुखहरु, विभिन्न मन्त्रालयका सचिव, राजनीतिक दलका कार्यकर्तालगायतको उपस्थिति रहेको थियो ।

भाइको हत्या आरोपमा दाजु पक्राउ

सुरुङ्गा (झापा), २८ (रासस) ।

आफ्नै भाइको हत्या गरेको आरोपमा प्रहरीले झापाको शविसताक्षी नगरपालिकाबाट एकजनालाई पक्राउ गरेको छ ।

शिवसताक्षी नगरपालिका-८ शीतल चोकका ४२ वर्षीय रामप्रसाद सिटौलाको बिहीबार राति हत्या भएको थियो । उनको हत्यामा संलग्न भएको आरोपमा मृतकका दाजु नारायण सिटौलालाई प्रहरीले शुक्रबार पक्राउ गरेको हो । जिल्ला प्रहरी कार्यालय झापाका प्रहरी उपरीक्षक मिलन केसीका अनुसार उनको शव घरको पछाडिपट्टि उतानो परेको अवस्थामा फेला परेको थियो ।

मृतक रामप्रसादको टाउकोमा चोट छ । घटनाबारे प्रहरीले अनुसन्धान अघि बढाएको छ ।

लागूऔषध सेवनले मानिसको शारीरिक र मानसिक स्वास्थ्य बिग्रन्छ, धन सम्पतिको वर्वाद गर्दछ, यसको प्रयोगबाट आफू, परिवार, समाज र राष्ट्रलाई नै अपुरणिय क्षति पुग्ने हुँदा यस्ता पदार्थ देखि टाढा रहौं ।

तिरहुत गाउँपालिका
गाउँ कार्यापालिकाको कार्यालय
सप्तरी

विश्व समाचार

दिल्लीका मुख्यमन्त्री केजरीवाललाई सर्वोच्च अदालतद्वारा जमानत दिने आदेश

नयाँदिल्ली, २८ भदौ (रासस/एएनआई) ।

दिल्लीका मुख्यमन्त्री अरविन्द केजरीवाललाई सर्वोच्च अदालतले शुक्रबार जमानत दिएको छ । अदालतले मदिरा नीतिसँग सम्बन्धित सीबीआईको एफआईआर मुद्दामा आम आदमी पार्टीका नेतासमेत रहेका केजरीवाललाई जमानत दिएको हो ।

अदालतले आफ्नो आदेशमा केजरीवाललाई जमानतस्वरूप १० लाख भारतीय रूपैयाँ तिर्नुपर्ने बताएको छ । न्यायाधीशसूर्यकान्त र उज्जल भुइयाँको इजलासले उक्त मुद्दाको सुनुवाइ गर्दै सेप्टेम्बर ५ मा फैसला सुरक्षित गरेको थियो ।

अदालतले केजरीवाललाई जमानतमा रिहा गर्नका यस मामिलामा उहाँले कुनै पनि सार्वजनिक टिप्पणी नगर्ने, उहाँविरूद्धको मुद्दाको अन्तिम फैसला नहुँदासम्म अदालतमा सबै सुनुवाइका लागि उपस्थित हुनुपर्ने शर्तहरू पनि राखेको छ । केजरीवालले सर्वोच्च अदालतमा दुईवटा रिट दायर गर्नुभएको थियो । उहाँले आफ्नो मुद्दामा जमानत अस्वीकार गरिएको भन्दै यसकाविरूद्ध एउटा याचिका दायर गर्नुभएको थियो भने सीबीआईको गिरफ्तारीविरुद्ध दोस्रो याचिका दायर गरिएको थियो ।

केजरीवाललाई सीबीआईले प्रवर्तन निर्देशनालय (ईडी) को हिरासतबाट पक्राउ गरेको थियो जसलाईसर्वोच्च अदालतले आफ्नो आदेशमा वैध भनेको छ । ईडीको हिरासतका क्रममा सीबीआईले पक्राउ गरेको विषयमा सर्वोच्च अदालतले भनेको थियो, "यदि कोही व्यक्ति पहिल्यै हिरासतमा छ भने उसलाई अनुसन्धानका लागि पक्राउ गर्न कुनै समस्या हुँदैन ।

केजरीवाललाई ईडीको टोलीले मार्च २०२४ मा पक्राउ गरेको थियो । सन् २०२४ जुलाई १२ मा केजरीवाललाई ईडी मामलामा सर्वोच्च अदालतबाट जमानत मिलेको थियो ।

यो जमानत पाउनुअघि सीबीआईले केजरीवाललाई गत जुनमा पक्राउ गरेको थियो । यही कारण केजरीवाल त्यतिबेला जेलबाट बाहिर आउन सक्नुभएको थिएन ।

दिल्लीका मन्त्री आतिशी मर्लेना सिंहले केजरीवाललाई जमानत दिने अदालतको फैसलापछि भन्नुभएको छ, "सत्यमेव जयते' । यसको अर्थ हुन्छ, 'सत्य विचलित हुन सक्छ, पराजित हुन सक्दैन।'

दिल्ली भाजपाका नेता विरेन्द्र सचदेवाले भन्नुभयो, "केजरीवाललाई जमानत मिलेको हुन सक्छ तर उहाँलाई मुख्यमन्त्रीको रूपमा काम गर्ने कुनै अधिकार छैन। उहाँले मुख्यमन्त्रीको काम गर्न सक्नुहुन्न ।"

आम आदमी पार्टीका नेता मनिष सिसोदियाले अदालतको स्वतन्त्रता र सर्वोच्चताको व्याख्या गर्दै भन्नुभएको छ, "झूट र षडयन्त्रविरुद्धको लडाइँमा सत्यको फेरि जित भएको छ। म फेरि एक पटक बाबा साहेब अम्बेडकरको सोच र दूरदर्शितालाई सलाम गर्दछु, जसले ७५ वर्षअघि भविष्यका कुनै पनि तानाशाहविरुद्ध आम मानिसलाई बलियो बनाउनुभएको थियो ।"

लोकसभा चुनावलाई ध्यानमा राख्दै सर्वोच्च अदालतले अरविन्द केजरीवाललाई मे १० मा चुनाव प्रचारका लागि २१ दिन अर्थात् जुन २ सम्मअन्तरिम जमानत दिएको थियो ।

आपका अर्का नेता तथा दिल्लीका पूर्व उपमुख्यमन्त्री मनिष सिसौदियालाई पनि केही समय पहिले यस मुद्दामा जमानत दिइएको थियो । सिसोदिया १७ महिनापछि जेलमुक्त हुनुभएको थियो भने त्यसभन्दा पहिले आप नेता सञ्जय सिंह धरौटीमा रिहा हुनुभएको थियो ।

भाजपाले केन्द्रीय निकायहरूको प्रयोग गरेर विपक्षी नेताहरूलाई झूटा आरोपहरूमा फसाइरहेको आम आदमी पार्टीले आरोप लगाउँदै आएको छ। भाजपाले कानुनको नजरमा सबै समान भएको भन्दै यस्ता आरोपको खण्डन गरेको छ ।

युक्रेन र गाजा युद्ध अन्त्यका लागि 'वार्ता' गर्न चीनको आग्रह

बेइजिङ, २८ भदौ (रासस/एएफपी) ।

चीनले युक्रेन र गाजा युद्ध अन्त्यका लागि 'वार्ता' गर्न सम्बन्धित पक्षलाई आग्रह गरेको छ । चीनका रक्षामन्त्री डोङ जुनले शुक्रबार बेइजिङमा आयोजित सैन्य अधिकारीहरूको विश्वव्यापी भेलालाई सम्बोधन गर्दै गाजा र युक्रेनमा जारी युद्धजस्ता द्वन्द्वको समाधान 'वार्ता' नै एकमात्र समाधान भएको बताउनुभएको छ ।

सियाङशान फोरमका लागि बेइजिङमा रूस, म्यान्मा, पाकिस्तान, सिङ्गापुर, इरान र जर्मनीका उच्च सैन्य प्रतिनिधिसहित ५०० भन्दा बढी प्रतिनिधि सहभागी छन् । मध्यपूर्वमा दूत पठाउने, उत्तरी म्यान्मामा अस्थायी युद्धविरामको मध्यस्थता गर्ने र गत वर्ष साउदी अरब र इरानबीच ऐतिहासिक मेलमिलाप गराउनेलगायत विश्वव्यापी द्वन्द्वमा मध्यस्थकर्ताका रुपमा बेइजिङले आफूलाई प्रस्तुत गरिरहेको बेला तीन दिने फोरम हुन लागेको हो । युक्रेन र इजरायल-प्यालेस्टाइनका विषयमा चीनले आफूलाई अमेरिकाभन्दा बढी तटस्थ रूपमा प्रस्तुत गरेको छ ।

"युक्रेनको सङ्कट र इजरायल-प्यालेस्टाइन द्वन्द्वजस्ता महत्वपूर्ण मुद्दाहरू समाधान गर्न शान्ति र वार्तालाई बढावा दिनु नै एक मात्र उपाय हो," डोङले उद्घाटन समारोहमा भन्नुभयो ।

"युद्ध र द्वन्द्वमा कोही पनि विजेता हुँदैन, र मुठभेडले कहीँ पनि पुगिँदैन," डोङले भन्नुभयो । उहाँले भन्नुभयो, "द्वन्द्व जति चर्कियो, त्यति नै हामीले वार्ता र परामर्श त्याग्न सक्दैनौं । कुनै पनि द्वन्द्वको अन्त्य मेलमिलाप नै हो ।" उहाँले अगाडि भन्नुभयो, "सबै देशलाई शान्तिपूर्ण विकास र समावेशी शासनलाई बढावा दिन आह्वान गर्दछु ।"

फोरममा अमेरिका-चीन सम्बन्ध, युरोप र एसियाको सुरक्षा र बहुध्रुवीय विश्वमा प्रतिरक्षाका चुनौतीबारे छलफल हुनेछ ।'राष्ट्रिय सुरक्षा अवधारणाहरूको प्रसारविरुद्ध नयाँ प्रविधिले सम्पूर्ण मानवजातिलाई अझ राम्रो फाइदा पुर्‍याउन सक्छ' भन्ने सुनिश्चित गर्न डोङले आग्रह गर्नुभयो ।

"उच्च विश्वव्यापी सुरक्षा जोखिम र बढ्दो अस्थिरता र अनिश्चितताको समयमा, सबै देशहरूको रक्षा र सुरक्षा क्षमता निर्माण गर्ने जिम्मेवारी ठूलो छ," उहाँले भन्नुभयो । उहाँले थप्नुभयो, "बेइजिङ रणनीतिक गठबन्धनलाई मजबुत बनाउन, रक्षा परामर्शलाई गहन बनाउन, रक्षा सहयोगसम्बन्धी द्विपक्षीय र बहुपक्षीय सम्झौतामा हस्ताक्षर गर्न सबै पक्षसँग काम गर्न इच्छुक छ ।"

संविधान दिवसका लागी विभिन्न कार्यक्रम तय

दैनिक समाचारदाता
राजविराज, २८ भदौं ।

संविधान दिवस मुल समारोह समितीको शुक्रबार बसेको बैठकले संविधान दिवस भव्यताका साथ मनाउने निर्णय गरेको छ ।

जिल्ला समन्वय समिती सप्तरीको सभाकक्षमा प्रमुख शिवनारायण साहको अध्यक्षतामा बसेको बैठकले असोज २, ३ र ४ गते विभिन्न कार्यक्रमका साथ संविधान दिवस मनाउने निर्णय गरेको हो ।

कार्यक्रम अन्तर्गत असोज २ गते धार्मिक तथा सार्वजनिक महत्वका स्थलहरुमा सरसफाई गर्ने कार्यक्रम हुनेछ । असोज ३ गते विहान जिल्ला समन्वय समिती प्राङ्गणबाट प्रभातफेरी, गजेन्द्र चौकमा संविधान दिवस विशेष समारोह तथा शहिद परिवार र घाईतेलाई सम्मान गर्ने तथा साँझ घर घरमा दीप प्रज्वलन कार्यक्रम हुनेछन ।

असोज ४ गते बालबालिकाको निःशुल्क स्वास्थ्य परिक्षण, बहिरा बालक स्कुलका विद्यार्थीहरुलाई शैक्षिक सामग्री वितरण तथा अदालत रोड र राजदेवी रोड सडक किनारामा बृक्षारोपण कार्यक्रमको आयोजना गरिनेछ ।

बैठकमा प्रमुख जिल्ला अधिकारी मेख बहादुर मग्राती, सशस्त्र प्रहरी उपरिक्षक ज्ञानमणी पौडेल, राजविराज नगरपालिकाकी कार्यवाहक नगर प्रमुख इसरत परवीन, राष्ट्रिय अनुसन्धान कार्यालयका प्रमुख सुरेन्द्र कोइराला, जिल्ला प्रहरी कार्यालयका प्रवक्ता डिएसपी ढुण्डिराज नेउपाउने, शिक्षा विकास तथा समन्वय इकाइका प्रमुख विजय मण्डल, जनमत पार्टीका रामगमन साह, एमालेका चितरन्जन यादव, राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टीका अरुण देव, डिभिजन वन कार्यालयका शुभाष चन्द्र दास, जलश्रोत तथा सिचाई कार्यालयका मनोज साह, सामुदायीक सेवा केन्द्रका धीरेन्द्र दासका साथै विभिन्न पालिका र संघ संस्थाका प्रतिनीधी सहभागी थिए ।

लागूऔषध सेवनले मानिसको शारीरिक र मानसिक स्वास्थ्य बिग्रन्छ, धन सम्पतिको वर्वाद गर्दछ, यसको प्रयोगबाट आफू, परिवार, समाज र राष्ट्रलाई नै अपुरणिय क्षति पुग्ने हुँदा यस्ता पदार्थ देखि टाढा रहौं ।

राजगढ गाउँपालिका
गाउँ कार्यापालिकाको कार्यालय
सप्तरी

बाढी र आगजनीको उच्च जोखिमको मधेसमा बीमाप्रति कम आकर्षण

वीरगञ्ज (पर्सा), २८ भदौ (रासस) ।

मधेस प्रदेश बाढी र आगजनीको उच्च जोखिममा भए पनि यहाँका जनता भने बीमामा खासै आकर्षित हुन सकिरहेका छैनन् ।

बीमा नगर्दा मनसुनजन्य र आगजनीका घटना भए पनि प्राप्त गर्न सकिने लाभबाट वञ्चित भइरहेका छन् । मधेसको कुल जनसङ्ख्या ६१ लाख १४ हजार छ सय छभने जीवन बीमा गर्नेको सङ्ख्या भने कुल जनसङ्ख्याको आठ दशमलव ९५ प्रतिशत छ ।

नेपाल बीमा प्राधिकरणका अध्यक्ष सूर्यप्रसाद सिलवालले मधेस प्रदेशमा बर्सेनि बाढी र आगजनीका घटना हुने गरे पनि बीमा गर्नेतर्फ सर्वसाधारणको रुचि नभएको बताउनुभयो । “मधेस प्रदेशमा गरिबीको रेखामुनि धेरै सर्वसाधारण छन् । यस्तो अवस्थामा प्रदेश सरकारले बीमा गरिदिने संस्कारको विकास हुन जरुरी छ”, उहाँले भन्नुभयो ।

प्राधिकरणका अनुसार आर्थिक वर्ष २०८०/८१ सम्म मधेस प्रदेशमा निर्जीवन बीमाको जारी बीमालेख सङ्ख्या तीन लाख २६ हजार दुई सय ६७ रहेको छ । बीमा शुल्क सङ्कलनमा मधेस प्रदेशको प्रतिशत भने छ दशमलव ४१ प्रतिशत छ ।

आव २०८०/८१ सम्म मधेस प्रदेशमा सक्रिय बीमालेखको सङ्ख्या पाँच लाख १५ हजार दुई सय ७३ छ । गत आवसम्ममा यो प्रदेशमा कृषि बीमा गर्ने पनि कम छन् । प्रदेशमा बालीको जारी बीमालेख सङ्ख्या तीन सय ४० छ । त्यस्तै पशुपक्षीको जारी बीमालेख सङ्ख्या ११ हजार पाँच सय ११ छ ।

विद्युत् नहुँदा दुई अर्बको लगानीको कम्पनीको उत्पादन सुरु हुन सकेन

जलेश्वर (महोत्तरी), २८ भदौ (रासस) ।

महोत्तरीको गौशाला नगरपालिकामा रु दुई अर्बको लगानीमा स्थापना गरिएको नेपाल पल्प एण्ड पेपर इण्डष्ट्रिजले विद्युत्को अभावमा आफ्नो उत्पादन सुरु गर्न सकेको छैन ।

आइएमई ग्रुपको नेतृत्व र एभरेष्ट ग्रुपको सहकार्यमा गौशाला-१ इँटाटार गाउँमा रु दुई अर्बको लगानीमा स्थापना गरिएको पेपर मिल सञ्चालनका लागि ३३ हजार केभिएको विद्युत् आवश्यक रहेको छ । अहिलेसम्म मिलमा विद्युत् पुग्न नसक्दा मिल सञ्चालनमा आउन नसकेको मिलका निर्देशक अरुण भण्डारीले बताउनुभयो ।

विसं २०७८ देखि निर्माण थालिएको यस पेपर मिलले गत जेठ १ गतेदेखि नै उत्पादन सुरु गर्ने लक्ष्य लिएको थियो । त्यसका लागि मिललमा करोडौं मूल्यका ठूलाठूला मेसिन, औजार पनि जडान गरिसकिएको छ । विद्युत् नहुँदा अहिलेसम्म उत्पादन सुरु हुन नसकेको निर्देशक भण्डारीले बताउनुभयो ।

वैशाखको अन्तिममै मिलसम्म विद्युत् पुऱ्याइसक्नेगरी विद्युत् प्राधिकरणसँग ७५ प्रतिशत मिलको लगानी र २५ प्रतिशत विद्युत् प्राधिकरणको लगानीमा सम्झौता भएर मिलले विद्युत् जडानका लागि रु एक करोड ४१ लाख ५९ हजार दुई सय ७० विद्युत्का ठेकेदार कम्पनी प्रिन्स कन्स्ट्रक्सनलाई बुझाइसकेको भए पनि आजसम्म मिलमा विद्युत् जडान हुन नसकेको उहाँले बताउनुभयो ।

पेपर मिलमा १२ किमी टाढा रहेको पूर्व-पश्चिम राजमार्गस्थित विद्युत् स्टेशनबाट लाइन ल्याउनुपर्नेमा छ किलोमिटरसम्म लाइन आइसकेको तर बाँकीको छ किलोमिटरसम्म ल्याउनमा स्थानीयले अवरोध खडा गरेपछि पेपर मिलसम्म लाइन आउन नसकेको मिलका व्यवस्थापन निर्देशक गोविन्द सर्राफले बताउनुभयो ।

उहाँले यस मिलमा स्टेशनदेखि लाइन ल्याउँदा गौशाला रोड, सशस्त्र क्याम्प, सुर्ती विकास चोक हुँदै इँटाटारसम्म आउनुपर्ने हो । गौशाला-१ मै रहेको रामनगर गाउँका बासिन्दाले मापदण्डबमोजिम विद्युत्का खम्बा गाड्न नदिएका कारण लाइन अहिलेसम्म आउन नसकेको उहाँले बताउनुभयो ।

रामनगरका स्थानीय बासिन्दाले ३३ हजार केभिएको लाइन आफ्नो गाउँबस्तीबाट लगिएमा बस्ती जोखिमका पर्ने, कति घरपरिवारको घरभित्रैसम्म खम्बा गाड्नुपर्दा उठिबास हुने, आगलागी र करेन्ट लागेर मृत्युजस्ता दुर्घटना बढ्ने, विद्युत्को विकीरणले गर्भवतीलाई असर गर्ने र अपाङ्ग बालबालिका जन्मिनेजस्ता कारण सिर्जना गर्ने भन्दै बस्तीबाट लाइन जान नदिएपछि पेपर मिल सञ्चालनमा आउन सकेको छैन ।

स्थानीय बासिन्दाले गठन गरेको सङ्घर्ष समितिका अध्यक्ष नरेश महतोको नेतृत्वमा पटक पटक स्थानीयले आन्दोलन, चक्काजामजस्ता कार्यक्रम गरेर पेपर मिलसम्म लाइन जानमा रोक लगाउँदै आएका छन् । यता अर्बौंको लगानी लगाएर पनि पेपर उत्पादन सुरु गर्न नसकेको पेपर मिलले सहमति र सहकार्यका लागि नगरपालिका, विद्युत् प्राधिकरण र स्थानीय बासिन्दासित विभिन्न प्रयास गरे पनि ठोस निर्णयमा पुग्न नसक्दा दिनदिनै लाखौंको क्षति भइरहेको जनाइएको छ ।

नयाँ नेतृत्वका ...

सबैको पहुँच तथा न्यायपालिकाप्रति जनताको आस्था बढाउने लगायतका विषयमा काम गर्ने मतदाता समक्ष प्रतिबद्धता गर्ने गरेका छन् ।

अध्यक्ष पदका दुबै उम्मेदवार कानुन व्यवसायी माँझ लोकप्रिय भएकाले कसले बाजी मार्ला भन्ने आकलन गर्न कठिन भएको मतदाताहरु बताउछन् ।

दुई वर्षे कार्यकालका लागि हुने बार एकाईको निर्वाचनमा कुल १ सय ४ मतदाता रहेको निर्वाचन समितिले जनाएको छ ।

लामखुट्टेको टोकाईबाट लाग्ने डेंगुका लक्षण तथा यसबाट बच्ने उपाय

लक्षण

- उच्च ज्वरो आउनु । - जोर्नी र मांशपेशीहरुमा असह्य पीडा हुनु । - आँखाको गेडी दुख्नु । - अत्याधिक टाउको दुख्नु । - शरीरमा राता बिमिराहरु आउनु ।

यस्ता लक्षणहरु देखापरेमा डेंगु हुन सक्छ । तत्काल चिकित्सक वा स्वास्थ्यकर्मीको सल्लाह लिऔं ।

बच्ने उपाय

- लामखुट्टेबाट बच्न पुरै शरीर ढाक्ने लुगा लगाऔं । - घरभित्र लामखुट्टे छिर्न नसक्ने गरि झ्याल, ढोकामा जालीवा सुत्ने बेलामा झुल लगाएर सुतौं । - घर, कार्यस्थल र सार्वजनिक स्थानमा पानी जम्न नदिऔं । - पानी राखेको भाँडालाई छोपेर राखौं । - अध्यँरा कुना-काप्चामा किटनाशक औषधी छर्कने गरौं ।

अनुरोधकर्ता : महादेवा गाउँपालिका, सप्तरी

प्रकाशक : नवीनकुमार गुप्ता (९८५२८२०५८४, ९८०३२८३११५), **सम्पादक** : अनिलकुमार अनल (९८४२८३४९१७), **सहसम्पादक** : दीपककुमार गुप्ता (९८४१५१३२९९), **लेआउट** : संजय शेखर, **मुद्रण** : न्यू नवीन प्रेस, राजविराज, फोन : ०३१-५३०७६८ (कार्यालय), **इमेल** : *rajbirajdainik@gmail.com*, **वेवसाइट** : *rajbirajdainik.com.np*