दैनिक
लुम्बिनी
निजी क्षेत्रबाट निरन्तर प्रकाशित पहिलो राष्ट्रिय दैनिक

हामी बोलेर मात्र
होइन पुऱ्याएर छाड्छौं
तपाईको अत्यन्तै जरूरी चिठी एवं पार्सलहरू
नेपाल लगायत भारत र विश्वका प्रमुख शहरहरूमा
पठाउनु परेमा हामीलाई सम्झनुहोस्।
सुपर काइनेटिक
कुरियर्स सर्भिस
ट्राफिक चोक हिमालयन
बैंकको साइड (सुर्य लाईफ इन्सोरेन्स भएको
भवन) फोन:- ०७१५४२५७१

वर्ष ३७ | अंक ६७ | बुटवल | २०८१ फागुन १८, गते आइतबार | नेपाल संवत ११४५ | Sunday Mar. 02, 2025 | पृष्ठ ४ | मूल्य रु. ६ मात्र | Lumbini

युवाको हत्या, दाइ फरार

भैरहवा । रुपन्देही जिल्लाको मायादेवी गाउँपालिका महदेवाका २९ वर्षीय युवाको हत्या भएको छ ।

२९ वर्षीय राकेशसिंह लोध (राजु) को शव रक्ताम्य अवस्थामा उनकै घरको बरण्डाबाट बरामद भएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय रुपन्देहीका प्रवक्ता प्रहरी नायव उपरीक्षक सुरज कार्कीले जानकारी दिए।

बिहान अबेरसम्म नउठेको भन्दै छिमेकीहरु लोधको घर जाँदा स्थानीयले घरको बरन्डामा मृत अवस्थामा भेटेपछि प्रहरीलाई खबर गरेका थिए। बिहान करिब ८ बजे प्रहरी घटनास्थलमा पुगी अनुसन्धान अगाडि बढाएको छ।

प्रहरीका अनुसार आँखाको माथि निधार र कन्चटमा चोट लागेको जस्तो प्रारम्भिक अनुसन्धानबाट खुलेको छ। शव भैरहवास्थित भिम अस्पतालमा पोष्टमार्टका लागि ल्याइए पनि शनिबार पोष्टमार्टम भएको छैन। हत्या कसले किन गर्यो भन्ने खुलेको छैन, प्रहरीको टोली अनुसन्धान गर्दैछ।

एक्लै बस्दै आएका लोध खेती किसानी गर्थे, घरायसी कारणले उनको हत्या भएको हुन सक्ने स्थानीयले जानकारी दिएका छन् । स्थानीयका अनुसार दाजुभाइबिच जग्गाको विषयमा केही महिनादेखि विवाद चलेको र जग्गालाई लिएर आफ्नै दाइले हत्या गरेको हुनसक्ने आरोप छ। लोधको आफ्नै दाजुसँग अंश विवाद रहेकोले अंश मुद्दा चलिरहेको थियो। मृतकका दाजु दिपक लोध फरार छन्।

दल फुटाउने विधेयक ल्याउन्नौं : एमाले

बुटवल । नेकपा एमालेका प्रमुख सचेतक महेश बर्तौलाले दल फुटाउन वा जुटाउनका लागि कुनै दललाई निशाना बनाएर विधेयक नल्याउने दाबी गरेका छन्। उनले राष्ट्रको अवश्यकताका आधारमा कानुनी प्रबन्धका लागि राजनीतिक दलसम्बन्धी विधेयक ल्याउन लागिएको दाबी गरे।

उनले दुई ठूला दल मिलेर बनेको बलियो सरकारले कुनै दलको सिट संख्या बढाउने वा घटाउनेका लागि कानुनी प्रबन्धको व्यवस्था नगर्ने दोहोऱ्याए।

बर्तौलाले लोकतन्त्रमा दलहरू बलियो बनाउने कोणबाट सरकारको काम निर्देशित हुने दाबी गरे। सरकारले तत्काल संविधान कार्यान्वयनसँग जोडिएका विधेयक मात्रै तत्काल ल्याउन लागेको उनको भनाइ छ।

'सरकारको काम भनेको कुनै दल जुटाइ दिने र कुनै दल फुटाइ दिने कसैलाई मिलाइ दिने वा कुन दललाई के अप्ठ्यारो परेको छ, त्यसका लागि सहज बनाउन कानुनको प्रबन्ध तलमाथि गरी दिने त्यो सरकारको काम होइन,' उनले भने-'सरकारले राष्ट्रिय आवश्यकताको आधारबाट, देशको आवश्यकताबाट समायानुकूल कानुनहरू बनाउनुपर्नेछ भन्ने लागेको आधारबाट व्यवस्थित गर्ने हो।

कसलाई कुन लाभ पुऱ्याइदिनुपर्छ भन्ने हिसाब किताबमा अहिलेको सरकार छैन।' उनले दलसम्बन्धी विधेषकमा भएको केन्द्रीय समिति र संसदीय समितिमा ४०/४० प्रतिशतलाई हटाएर २० झारेको स्मरण गर्दै उक्त दफा नै अहिले निष्क्रिय भएको बताए।

सरकारले उक्त दलविभाजन पुनर्जाग्रित गर्नका लागि विधेयक आवश्यकता महसुस गरेको उनको भनाइ छ।

'आवश्यकताको आधारमा सरकारले काम अगाडि बढाउँछ। कांग्रेस र एमाले दुई ठूला दल मिलेर बनेको अहिलेको सरकारले कुनै दललाई निशाना बनाएर, कुनै दलको संख्या घटाइ दिने वा बढाइ दिने भन्नका लागि कसैलाई मिलाइ दिने र फुटाइ दिने यो ध्येय राखेर कानुनी प्रबन्धहरू हामी अगाडि बढाउँदैनौं।'- उनले भने।

कांग्रेस-एमालेले नेकपा एकीकृत समाजवादीसहितका केही साना दललाई विभाजनमा सहज हुने गरी विधेयकको तयारी गरिरहेका छन्।

राजा अभिभावक र प्रधानमन्त्री प्रत्यक्ष निर्वाचितमा सहमति नभए विद्रोह : राप्रपा

पूर्ण समानुपातिक संसद र सांसदहरू मन्त्री बन्न नपाउने, प्रदेश, राष्ट्रिय सभा, जिल्ला समन्वय समितिहरु खारेज गरेर जानुपर्ने राप्रपाको माग छ ।

लुम्बिनी संवाददाता
बुटवल

राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टीका अध्यक्ष राजेन्द्र लिङदेनले राजालाई अभिभावकीय भूमिका दिएर नवीन समझदारी गर्न कांग्रेस र कम्युनिष्टलाई आग्रह गरेका छन्। पार्टीले शनिबार बुटवलमा गरेको सभालाई सम्बोधन गर्दै उनले शासन गर्ने नभई दलहरुलाई खराब र गलत काम गर्न नदिने भूमिकामा राजादेखि माओवादीसम्म अटाउने मौलिक व्यवस्थामा सहमति गनुपर्ने बताए। कांग्रेस र कम्युनिष्ट यसमा तयार नभए जनता निर्णायक विद्रोहका लागि तयार भएर बसेको उनले बताए। राजालाई कुन स्थान दिने हो सल्लाह गर्न कांग्रेस र कम्युनिष्टलाई आग्रह गर्दै उनीहरुले नमाने विद्रोह हुने लिङदेनले चेतावनी दिए। 'कान खोलेर सुने हुन्छ जनता विद्रोहका लागि तयार छन्, हामीले रोकेर रोकिन्न विद्रोह,' उनले भने-'देशले थप क्षति बेहोर्न नदिन जनता विद्रोहका लागि सडकमा आउनु अघि नै सहमति गरौं।'

अध्यक्ष लिङदेनले प्रत्यक्ष निर्वाचित कार्यकारी प्रधानमन्त्री, सिंगो देश एउटा निर्वाचन क्षेत्र मानेर पूर्ण समानुपातिक संसद र सांसदहरु मन्त्री बन्न नपाउने व्यवस्थामा जानुपर्ने बताए।

तर अहिलेको जस्तो नेताका परिवारका सदस्य र करोडौं पैसा पार्टीलाई दिनेहरु सांसद बन्न नपाउने विधि बनाएर पूर्ण समानुपातिक निर्वाचन प्रणालीमा गए भ्रष्टाचार नियन्त्रण धेरे हदसम्म कम हुने अध्यक्ष लिङ्देनले बताए। मुलुकमा भ्रष्टाचार संस्थागत भएको, राजनीतिक दलहरू स्वार्थमा लिप्त भएको तथा जनताको अवस्था झनै दयनीय बनेको उनले बताए।

'देश यही अवस्थामा रहन्न, विश्व भुराजनीतिक अवस्था मध्यनजर गरेर नेपालमा राजादेखि माओवादी अटाउने नवीन समझदारी गरेर जाऔं,' लिङदेनले भने-'शासन गर्ने होइन, खराब र गलत गर्न नदिने अभिभावकीय भूमिकामा राजा राखौं र प्रत्यक्ष निर्वाचित कार्यकारी प्रधानमन्त्रीय प्रणालीमा जाऔं, प्रधानमन्त्रीको कार्यकाल २ पटक मात्र बनाऔं। कांग्रेस एमाले सुध्रिनेवाला छैनन् भन्दै उनले उनीहरुसँग आश गर्नु साँढेको टाङ मुनि दुध आउँछ भनेर बाल्टी थापे जस्तो हो ।'

देशको राजस्वले कर्मचारीलाई तलब खुवाउन पनि नपुग्ने अवस्था रहेको उल्लेख गर्दै अध्यक्षा लिङदेनले वडा सदस्यदेखि प्रधानमन्त्रीसम्मका ३६ हजार जनप्रतिनिधिलाई विदेशीसँग ऋण लिएर पाल्न नसकिने बताए। 'प्रदेश तह, राष्ट्रिय सभा, जिल्ला समन्वय समितिहरु खारेज नै गर्नुपर्छ, संघीय सांसद र मन्त्रीको संख्या पनि घटाउनु पछ।'-लिङदेनले भने।

गणतन्त्रका नाममा अरुलाई निरंकुश भन्ने कांग्रेस र एमाले आफैं निरंकुश भएर पाएसम्म दुई दलीय व्यवस्था ल्याउन चाहेको उनले आरोप लगाए। सरकार बनेको ७ महिनासम्म कांग्रेस-एमालेको सरकारले कुनै आशा जगाउने काम नगरेको बरु भ्रष्टाचारलाई ढाकछोप र संस्थागत गर्न, भ्रष्टाचारबाट उन्मुक्ति पाउन बनेको उनले आरोप लगाए। भ्रष्टाचार निवारण ऐनमा ५ वर्ष हदम्याद राख्ने प्रयासले पुष्टि गरेको उनको तर्क छ।। कांग्रेस र एमालेले अध्यादेशबाट देश चलाउन खोजेको, राष्ट्रिय सभामा दुई तिहाई बहुमत नपुग्ने भएपछि दल विभाजन गरेर हुन्छ कि सांसद किनेर हुन्छ पास गर्ने तयारीमा रहेको लिङदेनले बताए।

सभामा संघीय सांसदहरु विक्रम पाण्डे, ध्रुवबहादुर प्रधान, धवलशमशेर राणा, ज्ञानेन्द्र शाहीलगायत पार्टीका नेताहरुले सम्बोधन गरेका थिए।

राप्रपा लुम्बिनी प्रदेश अध्यक्ष प्रदीप उदयले सभामा उल्लेख्य जनसहभागिता रहेको र पार्टी पंक्ति उत्साहित भएको बताए। कार्यक्रममा विभिन्न दल परित्याग गरेर ठूलो संख्यामा राप्रपा प्रवेश गरेका उदयले बताए।

रमजानसँगै मुस्लिम समुदायमा एकमहिने ब्रत सुरु

कुरआन अवतरित पवित्र महिना मुस्लिम समुदायहरूको पवित्र दिन शुक्रबारबाट सुरु भएकोले यस वर्षको रमजानलाई विशेष रूपमा लिइएको छ।

मोहम्मद हबिब
भैरहवा

मुस्लिम धर्मावलम्बीहरुको पवित्र महिना रमजान आज आइतबारबाट सुरु भएको छ। धर्मग्रन्थ कुरआन अवतरित पवित्र महिनाको सुरुवातसँगै मुस्लिम धर्मावलम्बीहरुको पहिलो रोजा (ब्रत) सुरु भएको हो, आज बिहानै सेहरी लिएर रोजाको सुरुवात भएको छ यो एक महिनासम्म निरन्तर हुन्छ।

रमजान महिना अवधीभर राति पढिने विशेष नमाज 'तराबीह' पनि मस्जिदहरुमा शनिबारदेखि सुरु भएको छ। इस्लामिक क्यालेण्डरअनुसार शनिबार साबान महिनाको अन्तिम तीसौ दिनमा चन्द्रमा देखिएपछि हर्षोल्लासका साथ रमजानको सुरुवात गरेका छन्। कुरआन अवतरण भएको खुसीयालीमा इस्लाम धर्मावलम्बीहरुले एक महिने कठोर व्रत अर्थात् रोजा बस्ने गर्छन्। इस्लामिक पात्रोका अनुसार हिजरी संवतको नवौं महिनालाई रमजान भनिन्छ। एक महिनासम्म चल्ने रमजानमा इस्लाम धर्मावलम्बीहरुले उपवास (व्रत) बस्ने गर्छन जसलाई 'रोजा' पनि भनिन्छ। एक महिना भरि बिहान सूर्य उदाएदेखि सूर्यास्त नहुँदासम्म प्रत्येक दिन पानी समेत नखाइ ब्रत बस्ने गर्छन्। सूर्य उदाउनुभन्दा लगभग दुई घन्टा अगाडि केही खानेकुरा (सेहरि) खाइ सुरु गरिएको (व्रत) रोजा सूर्यास्त भइसकेपछि अफतारी (व्रत तोडनु)गरी रोजा खोलिन्छ। रोजाको समयमा मुसलमान निराहार यहाँसम्मकी जानेर थुक पनि निल्नु हुँदैन। रोजा जस्तो कठिन व्रत गर्ने व्रतालुले यस महिनालाई पवित्र महिनाका रुपमा लिएको पाइन्छ। रोजा अशक्त, बिरामी र बालबालिकाबाहेक सबैलाई अनिवार्य छ। तीस दिनको यो रमजान महिनालाई तीन भागमा बाँडिएको छ।

पहिलो १० दिनको अवधिलाई बरक्कत (फलिफलाप), दोस्रो १० दिनको अवधिलाई रहमत (दया-माया) र अन्तिम १० दिनको अवधिलाई मगफिरत (अल्लाहबाट माफी) पाउने मुसलमानले यी तीन कुरा प्राप्त गर्न अल्लाहको आदेशलाई पालना गर्न रोजा बस्ने गर्छन्।

रोजा बस्ने धर्मावलम्बीले आफ्नो शरीरलाई चोखो राखी दिनमा नियमित पाँचपटक नमाज पढ्नुका साथै रातमा थप तराबीको नमाज पढ्ने गरिन्छ। तराबी भनेको कुरान पूरै कण्ठस्थ भएको धर्मगुरु हाफिजले पढाउने विशेष नमाज हो। हाफिजले यो महिनामा ३० खण्डमा रहेको कुरान तरावी पढ्ने नमाजीलाई नमाजमार्फत् सुनाउनुपर्छ।

झूटो नबोल्नु, शान्तिले बस्नु र गरिब तथा दीनदुःखीलाई दान र दया गर्नु यो पर्वको विशेषता हो। रमजान महिना गरिब, दिनदुःखी र असहायका लागि नराम्रो नहोस् भन्ने दृष्टिकोणबाट अल्लाहले इस्लाम धर्ममा यस महिनाका लागि विशेष व्यवस्था गरेका छन्।

विशेष महिना रहेकोले अन्य समयभन्दा यो समयमा गरिएको दान धेरै महत्वपूर्ण मानिन्छ। जसका कारण रमजानमा प्रत्येक मुसलमानले जनही एक किलो ७५० ग्राम गहुँ वा सो बराबरको मूल्य फित्तरा निकाल्ने, वर्षभरिको आम्दानी र सम्पत्तिबाट अढाइ प्रतिशत जकात (कर) निकाली गरिब असहाय, दिनदुःखी, मस्जिद वा मदरसा दिने गर्छन्। फितरा र जकात रमजानको अन्तिम दिन इदको नमाज पढ्नुभन्दा अगावै दिनुपर्ने मान्यता छ।

बिरामी, वृद्धवृद्धा, असक्त, गर्भवती महिला र बालबालिकालाई व्रत अनिवार्य हुँदैन। इस्लाम धर्मको पाँच स्तम्भमध्ये चारस्तम्भ यस महिनासँग जोडिएको छ। सोअन्तर्गत, अल्लाहप्रति विश्वास, नमाज, रोजा र जकात पर्छन्। पाँचौं स्तम्भमा 'हज' भनिएको छ।

रमजान महिनापछि आउने महिनालाई सव्वाल भनिन्छ। यसै सव्वाल महिनाको पहिलो दिन इस्लाम धर्मावलम्बीहरुले ईद-उल-फित्र अर्थात् ईद पर्वका रूपमा मनाउने गरिन्छ।

सम्पादकीय

ट्रम्प–जेलेन्स्की विवादबाट सिक्नुपर्ने पाठ

संयुक्त राज्य अमेरिकाको भ्रमणमा रहेका युक्रेनी राष्ट्रपति भोलोदिमिर जेलेन्स्की र उनका अमेरिकी समकक्षी डोनल्ड ट्रम्पबिच ह्वाइट हाउसमा विवाद र भनाभान भएको विषयले यतिबेला सिंगो विश्वको ध्यान खिचेको छ। युक्रेन केही वर्षदेखि रुससँग युद्ध गरिहेको छ, जुन युद्धले ठूलो जनधनको क्षति भएको छ भने युक्रेनको अर्थतन्त्र पनि डामाडोल भएको छ। र युक्रेनलाई रुससँगको युद्धमा सघाउने मुख्य शक्ति राष्ट्र अमेरिका नै हो। अमेरिकाले युक्रेनलाई युद्धका लागि ३५० अर्ब डलर र सैन्य उपकरण दिएको थियो।

त्यही अमेरिकाको ह्वाइट हाउसस्थित ओभल अफिसमा जेलेन्स्की र ट्रम्प बीच चर्काचर्की विवाद भएपछि अब के हुन्छ भन्ने चासो बढेको छ। ट्रम्पले जेलेन्स्कीलाई तृतीय विश्वयुद्ध निम्त्याउन चाहेको आरोप लगाउँदै युक्रेनले रुससँग शान्ति सम्झौता नगरेमा अमेरिका बाहिरिने चेतावनी दिएका थिए। युक्रेनी राष्ट्रपति जेलेन्स्कीले आफूले रुसी राष्ट्रपति भ्लादिमिर पुटिनसँग सम्झौता नगर्ने बताएका थिए। विवादपछि निकै अपेक्षा गरिएको अमेरिका र युक्रेनबिच हुने भनिएको खनिजसम्बन्धी सम्झौतामा हस्ताक्षर भएन र जेलेन्स्कीलाई अमेरिकी राष्ट्रपति कार्यालयबाट बाहिरिन भनियो। पछि जेलेन्स्कीले ट्रम्पसँग हुन गएको विवाद दुवै पक्षका लागि ठीक नभएको प्रतिक्रिया दिए।

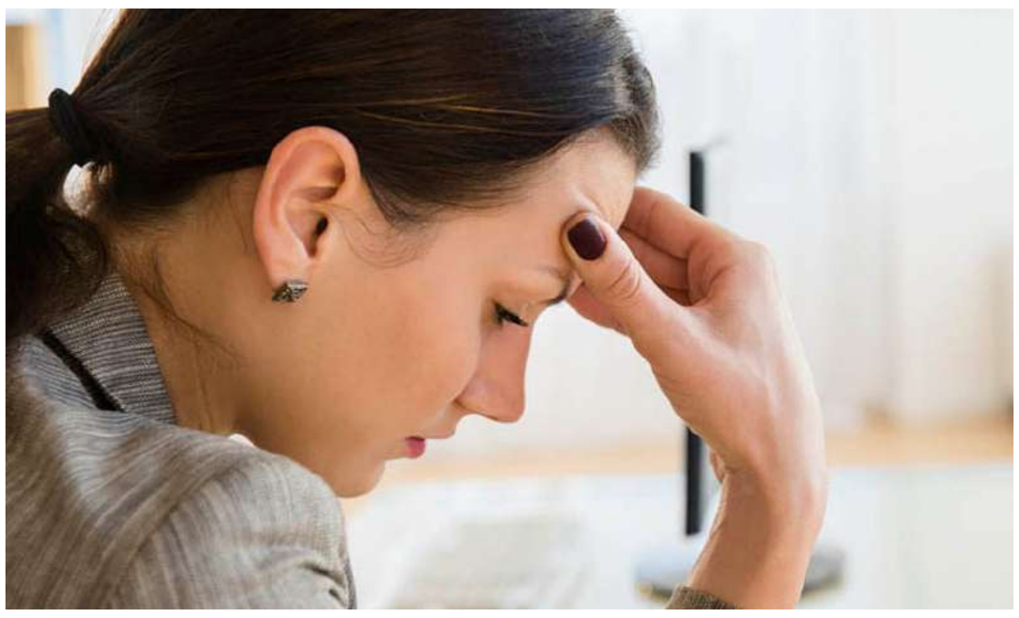
सो क्रममा उनले पछिल्लो घटनापछि पनि दुई देशबिच सम्बन्ध अगाडि बढ्न सक्ने आफ्नो विश्वास रहेको बताए। तर सम्बन्ध अघि बढ्छ भन्ने यकिन छैन। ट्रम्पले रुससँग लडाइँ गरेर युक्रेनले जित्न नसक्ने बताएका थिए। जबकि सुरुमा युद्ध गर्न उक्साउने अमेरिका नै हो। ट्रम्पले आफ्नो सामाजिक सञ्जाल ट्रूथ सोसलमा एउटा पोस्ट गर्दै जेलेन्स्कीमाथि कैयौं आरोप लगाएका छन्। उनले राष्ट्रपति जेलेन्स्की शान्तिका लागि तयार नभएको आरोप लगाए। उनले अमेरिकाको अपमान गरेको समेत ट्रम्पको भनाइ छ।

ट्रम्प र जेलेन्स्कीबिच ओभल अफिसमा भएको वादविवादले उत्तर एट्लान्टिक सन्धि सङ्गठन नेटोका निम्ति महत्वपूर्ण संकटलाई संकेत गरेको छ। ट्रम्पले जेलेन्स्कीलाई यसअघि नै निरंकुशको संज्ञा दिइसकेका छन् भने युक्रेनले युद्ध थालेको पनि भनिसकेका छन्। अमेरिकी पूर्व राष्ट्रपति जो बाइडनले सुमधुर बनाएको अमेरिका र युक्रेनबिचको गठबन्धन अहिले धुज्जाधुज्जा हुन पुगेको छ। युरोपेली राष्ट्रहरूको सुरक्षाबारे अमेरिकी प्रतिबद्धतालाई लिएर युक्रेनबाहिर थप आशंका र प्रश्नहरू खडा भएका छन्। नेटोका साझेदारमाथि गरिने आक्रमण अमेरिकामाथि आक्रमण गरिए सरह मान्ने भनेर सन् १९४९ मा ह्यारी ट्रूम्यानले गरेको वाचालाई ट्रम्पले जारी राख्ने छन् वा छैनन् भन्ने सबैभन्दा ठूलो प्रश्न हुनेछ।

निचोडमा भन्नुपर्दा जसरी अमेरिकाले रुसलाई क्षति पुराउने उद्देश्यले युक्रेनलाई रुससँग युद्ध गर्न सुरुमा हतियार र ठूलो आर्थिक सहयोग गऱ्यो, तर अहिले युक्रेनले ठूलो आर्थिक र मानवीय क्षति बेहोरेपछि अब युद्धलाई सहयोग गर्न नसकिने भन्दै विवादमा ओर्लिएको छ, यसबाट नेपालले पनि गम्भीर पाठ सिक्न जरुरी छ। भलै नेपाल अरु देशसँग युद्ध नगरे पनि अन्य कुटनीतिक सम्बन्धमा पनि कुनै मुलुकले भन्दैमा उसका कुरा पत्याइ हाल्न नहुने पाठ सिक्नुपर्छ। चीन र भारत दुवै छिमेकीसँग समान सम्बन्ध राख्ने कुरामा र नेपाल कुनै मुलुकविरुद्ध प्रयोग हुन दिन नहुने पाठ ट्रम्प-जेलेन्स्की विवादबाट नेपालका नेताहरुले सिक्नुपर्ने छ। कुनै मुलुकले उचालेकै भरमा निर्णय गर्न नहुने दृष्टान्त युक्रेन घटनाले प्रस्तुत गरेको छ। युक्रेन विवाद र शक्ति राष्ट्रहरूबिचको द्वन्द्वले विकासोन्मुख र साना राष्ट्रहरूलाई सार्वभौमिकता र अखण्डता जोगाउन समस्या पर्ने हुनाले धेरै चनाखो बन्नुपर्ने देखिन्छ।

भावना व्यवस्थापन

नेत्र सुवेदी 'प्रयास'



संवेग वा भावना सबै व्यक्तिमा देखापर्ने साझा प्राकृतिक गुण हो। सकारात्मक होला वा नकारात्मक तर भावना हरेक व्यक्तिमा पैदा हुन्छ नै। भावनाको सम्बन्ध विचारसँग, विचारको सम्बन्ध कामसँग हुन्छ भने कामको परिणामसँगै पुनः भावनामा नयाँपन देखिन सक्छ। हाम्रा भावना किन पनि महत्वपूर्ण छन् भने भावनाको प्रत्यक्ष प्रभाव हाम्रो सिकाइमा, हामीले आफूलाई र अरूलाई गर्ने व्यवहारमा, हामीले लिने निर्णयमा पर्ने गर्छ। समग्रमा हाम्रो कार्यसम्पादनसमेत भावनाको सही पहिचानमा भर पर्छ। आफूमा देखा परेका भावना तथा अरूको समेत भावना बुझेर व्यवहार गर्नुलाई सरल अर्थमा भावना व्यवस्थापन भन्न सकिन्छ। भावना व्यवस्थापनका अनेकौं तरिका र रणनीति हुन सक्छन्।

मार्सल रोसेनवर्गका अनुसार कुनै पनि संवाद र विचारविमर्शमा हामीसँग दुई वटा विकल्प हुन्छन्। हामीले आपसी मधुरता बढाउन सक्छौं कि सम्बन्धलाई नराम्ररी प्रभाव पार्न सक्छौं। यस्तो संवाद त कक्षाकोठामा शिक्षक र विद्यार्थीको बिचमा वा परिवारमा अभिभावक र सन्तानका बिचमा र सङ्गठनमा व्यवस्थापक र स्टाफका बिचमा पनि त हुन सक्छ। जब हामी भावनाको बारेमा साक्षर हुन्छौं या भनौं राम्रो जानकारी राख्छौं तब मात्र हामी आफ्ना भावनाप्रति जिम्मेवारी लिन र जवाफदेही रहन सक्ने छौं।

आधारभूत संवेगको पहिचान

भावनात्मक बुद्धिमत्तासम्बन्धी पुस्तक र अन्य मनोवैज्ञानिकका विचार अनुसार संवेग वा भावना धेरै प्रकारका हुन्छन्। एकता पब्लिसिङ हाउसले हालसालै नेपाली भाषामा प्रकाशित गरेर बजारमा ल्याएको सचित्र र सरल पुस्तक 'भावनाका कुरा' मा उल्लेख भएका रोबर्ट प्लटचिकले अघि सारेको भनिएका चार सकारात्मक र चार नकारात्मक गरी आठ वटा भावनाको सम्बन्धमा परिचय गराउने जमर्को सान्दर्भिक हुने देखिन्छ। ह्विल अफ इमोसन् का रूपमा उल्लेख गरेर हर्षको विपरीतमा दुःख, विश्वासको विपरीतमा घृणा, डरको विपरीतमा रिस र आश्चर्यको विपरीतमा अपेक्षालाई राख्दै जम्मा आठ वटा आधारभूत भावनाको सम्बन्धमा प्रस्तुत गरेको हामी पाउँछौं। तिनै आठ वटा संवेगको सम्बन्धमा क्रमैसँग उल्लेख गरौं। हामी साधरणतया सफलता मिल्दा, उपहार पाउँदा हर्षित हुँदा रहेछौं। यो अवस्था अवश्य पनि मनका लागि महत्वपूर्ण छ र हर्षको भावनाले जे गर्न मन पर्छ त्यो गर्न उत्साहित गर्ने उद्देश्य राख्छ।

हर्षमा पनि उत्साह, रमाइलो र आनन्दको तहदेखि गज्जवको अनुभूति हुनेसम्मका तह समेटिन्छन्। त्यस्तै दुःख वा चिन्ता यस्तो भावनात्मक अवस्था हो, जसमा मेहनत गर्दा पनि सफलता प्राप्त नभएको हुन सक्छ। त्यस्तै आफन्त वा प्रिय व्यक्तिलाई चोट परेको हुन्छ। यो भावनाले चाहेको कुरा पाउनुभएन अर्थात् गुमाउनुभयो है भन्ने सन्देश दिन्छ। अस्वस्थ चिज वा व्यवहार देखापर्दा हामीमा घृणा पैदा हुन्छ। घृणा पनि सामान्य अवस्थामा झ्याउबाट सुरु भएर दिक्कसम्म पुग्न सक्छ। जस्तो कि मन नपर्ने व्यक्तिको मन्तव्य वा भाषण सुन्न, रुचि कम भएको विषयमा मन नपर्ने शिक्षकका हरेक व्यवहार दिक्क लाग्ने हुन सक्छ। हामीलाई धेरै जनाको अघि उभिएर बोल्न डर लाग्छ। नयाँ ठाउँ जाँदा होस् वा नयाँ मानिससँग बोल्नुपर्दा पनि डर लाग्छ। डर नामक भावनाले वरिपरि खतरा छ है भन्ने सन्देश दिन्छ भने साथसाथै हामीलाई सम्भावित जोखिमबाट बच्न मद्दतसमेत गर्छ। डरको सुरुवाती चरणमा आशङ्का रहन्छ भने गम्भीर तहमा त्रास वा आतङ्क रहेको हुन्छ। त्यस्तै रिस पनि मानिसमा पैदा हुने स्वाभाविक भावना नै हो।

कसैलाई धेरै बेर पर्खनु पर्दा होस् वा कसैले झुठो बोलेको थाह पाउँदा होस् वा मनपर्ने चिज हराउँदा वा बिग्रँदा पनि रिस उठ्छ। रिसको भावनाले तत्काल केही समस्या छ है भन्ने सन्देश दिन्छ। रिस भावको उद्देश्य समस्याको सामना वा समाधान खोज्न मद्दत गर्नु नै हो। भनिन्छ कि रिस उठेको बखत निर्णय गर्न हतार गर्नु हुँदैन र केही समय रोकिएर सोच्ने बानी आवश्यक पर्छ। रिसको प्रारम्भिक अवस्था भनेको झर्को लाग्नु वा चिडचिडाहट हुनु हो भने यसको उच्च अवस्था भने प्रचण्ड क्रोधको अवस्था देखा पर्छ। हाम्रो जीवनमा सुखद घटना वा नरमाइलो घटना एक्कासि पर्न गयो भने अचम्मको भावना देखा पर्छ। अचम्म भावको उद्देश्य एकछिन रोकिएर वरिपरि हेर्न लगाउनु हुन्छ। अचम्मको न्यून रूप अन्योल र उच्च रूप छक्क पर्नुलाई लिइन्छ। अपेक्षा वा प्रत्यासा यस्तो भावना हो जुन कुनै नयाँ काम सुरुवात गर्न वा नयाँ ठाउँ घुम्न जाँदा वा काम गरेर नतिजा पर्खेको समयमा देखा पर्छ। आशा अपेक्षा पनि स्वाभाविक भावना हो तर यो पनि असीमित हुनु राम्रो मानिँदैन किनकि धेरै अपेक्षा पूरा हुन असम्भवप्राय हुन्छ र पूरा नहुँदा तनाव सिर्जना हुन्छ। अपेक्षाको सानो रूप भनेको रुचि, चासो, जिज्ञासा जस्ता स्वाभाविक भाव पर्छन् भने यसको विकसित रूप भनेको सतर्कता हो। व्यक्तिमा रहने अति सतर्कताले उसमा तनावको काम गर्छ।

डिप्रेसन र यसको समाधान

लाउत्सुका अनुसार हामी डिप्रेसन अर्थात् मानसिक चिन्तामा छौं भने हामी विगतमा हुन्छौं, हामी यदि अस्थिर छौं, डरमा छौं भने हामी भविष्यमा हुन्छौं। अनि हामी शान्त छौं भने हामी वर्तमानमा हुन्छौं। वर्तमानमा जिउन सक्नु नै सार्थक जीवन हुन्छ। जीवनमा जे गर्छु भन्ने थियो त्यो प्राप्त नभइसकेपछि व्यक्ति डिप्रेसनमा जान्छ। केही गर्छु भन्ने आशा हराएर जानु डिप्रेसनको मूल कारण हो। साधरणतया कुनै दुःखद एवं त्रासदीपूर्ण घटना घटित भएपश्चात् रहे भएका आशाउपर तुषारापात हुन्छ। जस्तो कि कोही व्यक्ति बिमारी भयो र सञ्चो हुने आशा छैन, रोजगारीबाट निकालियो र तत्काल काम पाउने सम्भावना छैन, ऋण वा गुन तिर्नु थियो तर तिर्नका लागि कुनै उपाय छैन भन्ने मनमा विचार आयो भने मानसिक चिन्ता बढेर जान्छ। माथि उल्लेख भए जस्तै डिप्रेसन अर्थात् चिन्ताको गम्भीरताको तह निराशादेखि शोकसम्म पुग्न सक्छ।

डिप्रेसन हुनु आफैंमा राम्रो वा नराम्रो होइन, अस्वाभाविक होइन। यो भावनाको एउटा रूप हो। कुनै अरूखाले भावना परिवर्तन हुँदै डिप्रेसनको अवस्थामा आइपुगेको मात्र हो। डिप्रेसन भनेकै हामी हैनौं। हामी त डिप्रेसन हुनु अघि पनि थियौं र डिप्रेसनपश्चात् पनि कायम रहन्छौं। चिन्ता पर्नु वा नपर्नुको प्रमुख जिम्मेवार भने हामी स्वयम् हौं। मूलतः आफ्नै आनीबानीका कारण डिप्रेसन हुने गर्छ। यसको सिर्जनाकार आफैं भएपछि यसको समाधानको जिम्मेवारी पनि लिन सक्नु पर्छ। लामो समय डिप्रेसनमा रहनु भने मानसिक स्वास्थ्यका लागि राम्रो मानिँदैन। चिन्ताको भावले सोच, संस्कार, मानसिकता, व्यवहार र आचरणमा नकारात्मक प्रभाव पर्छ। डिप्रेसनको समाधान छ। चाखलाग्दो कुरा के छ भने पृथ्वीमा रहेका निकै कम प्राणीमध्ये मानिस पनि हो, जसको डिप्रेसनमा जाने र पुनः सामान्य अवस्थामा फर्कने क्षमता छ।

डिप्रेसनको समाधान खोज्नु भनेको मनमा उब्जेका निराशा उब्जाउने र चिन्तामा पुऱ्याउने कारणको सम्बोधन गरी जीवनको वास्तविकतासँग जोडिनु हो। सम्भवै नभएका इच्छा चाहनाको भारी बोकेर अनगन्ती विचार चलिरहेको दिमागलाई वर्तमानमा ल्याई कुनै काम, आशन वा छलफलमा केन्द्रित गर्नु नै डिप्रेसनको समाधानको सुरुवात हो। गम्भीर अवस्थामा पुगेको डिप्रेसनका लागि मनोचिकित्सक, मनोपरामर्शदाताको समेत सहयोग आवश्यक पर्न सक्छ। सुरुवातीदेखि मध्यम चरणसम्मको डिप्रेसनमा पुगेका व्यक्ति यदि आफूले सामान्य अवस्थामा फर्कन आवश्यक छ भन्ने महसुस गरे भने शारीरिक अभ्यास, योगध्यान, कुनै न कुनै प्राकृतिक तथा मानवीय गतिविधि वा क्रियाकलापमा संलग्न हुने र अरूको राम्रोका लागि ध्यान केन्द्रित गर्ने जस्ता गतिविधिबाट डिप्रेसनको सिकारबाट बाहिर आउन सकिन्छ। जस्तो कि योगका बखतसमेत विचार नखेल्ने होइन। मनमा उत्पन्न विचार, संवेग, आवेगका विविध अनुभूतिको अवलोकन गर्ने काम योगमा हुन्छ। श्वासप्रश्वाससँगै योग गर्दा विचारलाई श्वासमा केन्द्रित गर्ने कलाको विकास हुन्छ, बाह्यभन्दा पनि भित्री यात्रा सम्भव हुन्छ। विपश्यना ध्यानको आफ्नै महत्व छ, जसमा विपश्यनाको अर्थ नै आफैंभित्र अवलोकन गर्नु हो। जे जस्तो सम्भावना छ, त्यस्तै खालको उत्पादनको क्रियाकलापमा जोडिने र साँझ बिहान केही समय भए पनि त्यो काम गर्नु पर्छ। असहाय व्यक्तिको हितमा सिधैं वा मानव सेवा आश्रम वा यस्तै संस्थामार्फत् सहयोग गर्ने र उनीहरू असहाय हुनुपर्नाका कारण सम्बन्धमा सोधपुछ गर्ने। आफू बसेको समुदायमा रहेका ज्येष्ठ व्यक्तिसँग गफगाफ गरी उनीहरूमा रहेका अनुभवजन्य विषय सुन्ने गरौं।

मानसिक स्वास्थ्यमा सुधारको आवश्यकता

मानसिक स्वास्थ्य अधिकार अवस्था सम्बन्धमा बागमती र गण्डकी प्रदेशको अध्ययन प्रतिवेदन २०८१ मा नेपालमा मानसिक स्वास्थ्य सेवाको दायरा र गुणस्तर सुधार गर्न ठोस पहल हुनुपर्ने आवश्यकता औंल्याएको सन्दर्भमा व्यक्तिको भावना बुझेर व्यवहार गर्ने तथा परामर्शदाता वा चिकित्सकको सहयोग आवश्यक पर्नेमा पहुँच विस्तार गर्ने विषयले प्राथमिकता पाउनु पर्छ। व्यक्तिको सर्वाङ्गीण विकासको एउटा पक्षका रूपमा शरीर, मन र आत्माको तहमा समेत सँगसँगै विकास हुने गरी सानै उमेरदेखि नै साधना, संस्कार र प्रकृति सापेक्ष शिक्षा, तालिम एवं जागरण बढाउँदै जानुपर्ने भएको छ। खास गरी कोभिड-१९ को महामारीपश्चात्को सन्दर्भमा मौलिक खानपान तथा आहारविहारको साथै पूर्वीय सभ्यताको सबल पक्षका रूपमा रहेका ध्यान साधनालाई समेत आधारभूत पक्षका रूपमा स्वीकार गर्न थालिएको छ। यो हामी नेपालीका लागि खुसीकै पक्ष हो।

निष्कर्ष

खप्तड स्वामीका अनुसार मन नै मनुष्यको सुख दुःखको कारण हो, जसले मनलाई जित्न सक्छ, उसले जगत्लाई जित्न सक्छ। मनलाई सुखी राख्नका लागि पुराना विकारको निराकरण गर्नु आवश्यक हुन्छ भने मनमा नयाँ दोष बिल्कुलै आउन दिन हुँदैन। (स्वास्थ्य विज्ञान, पृष्ठ ५) यसै सन्दर्भमा पछिल्लो जीवनशैली र परिवेशमा व्यक्तिका अपेक्षा धेरै हुने तर कम मात्र पूरा हुने हुँदा पढेलेखेकै व्यक्ति र सम्पन्न परिवारकै व्यक्ति पनि डिप्रेसनमा पर्ने र कुलतमा फस्ने तथा आत्महत्या गर्नेसम्मको अवस्था सिर्जना हुने हुँदा राजनीति, प्रशासन, शैक्षिक क्षेत्र, संस्था र सामुदायिक संस्थामा पनि जिम्मेवारीमा रहेका व्यक्तिले भावना वा संवेगका सम्बन्धमा आधारभूत जानकारी राख्ने र आफ्नो र अरूको भावना बुझेर व्यवहार गर्ने खालको भावनात्मक साक्षरतामार्फत भावनात्मक बौद्धिकताको विकास गर्नु नितान्त आवश्यक छ। यो विषयले प्राथमिकता पाएमा मानसिक रोगसँग सम्बन्धित समस्यासँग मुकाबिला गर्ने वातावरण बन्न सक्छ। व्यक्तिको जीवनलाई जोगाउने र सिर्जनशील मार्गमा लगाउन भावना व्यवस्थापनलाई संस्थागत तथा व्यक्तिगत रूपमा अङ्गीकार गर्ने वातावरण बनाऔं। आधुनिकताको नाममा जटिल बन्दै गएको जीवन जिउने कलाको विकास गरौं।

गोपबाट

मस्तिष्क मृत्युसम्बन्धी सत्य, तथ्य र रहस्य

डा.पूजा प्रकाश

जीवनको सुरुवातसँगै मृत्यु एउटा रहस्य, तर यथार्थ हो। द युनिफर्म डिटर्मिनेसन अफ डेथ एक्ट क अनुसार मृत्यु को परिभाषा भनेको पुनः सञ्चालन नहुने गरि रक्तसंचार र स्वासप्रस्वास बन्द हुनुका साथै मस्तिष्क तथा ब्रेन स्टिमका सम्पूर्ण कामक्रिया बन्द भई काम गर्न नसक्ने अवस्था हो।

मृत्युकै पर्यायवाची शब्दको रुपमा रहेको, तर फरक अर्थ लाग्ने अर्को शब्द कोमा भन्ने आउँछ। कोमा भनेको लामो समयसम्म बेहोशी अवस्थामा हुनु हो तथा कुनै पनि पीडा प्रति सचेतना नदेखाउने अवस्था हो। चिकित्सा शास्त्रले ल्याएको आधुनिक बैज्ञानिक पद्धतिहरुको प्रयोगले मृत्यु रोक्न नसके पनि मृत्यु र कोमा बिचको समयलाई दिर्घायु बनाउने काम गरेको छ। मेडिकल साइन्सले मृत्यु र कोमा बिचमा स्पष्ट रेखा ताने पनि क्लिनिकल र कानुनी मान्यताले घरि-घरि सही मृत्युको परिभाषालाई नै चुनौती दिने काम गर्छ। हुन त विभिन्न देशको कानुनले आफ्नो आफ्नो तर्कअनुसार समय-समयमा मृत्युलाई परिभाषित गर्ने गरेका छन्।

हुन त नेपालले अझैं पनि हृदय गतिको रेखा पूर्णरुपले सिधा हुनुलाई नै मृत्युको ठोस प्रमाण मान्ने गरेको छ, तर भेन्टिलेटर जस्तो मसिनले स्वास फेर्दै गरेको र औषधिको भरमा चलेको मुटुको ढुकढुकीलाई जीवित मान्नु कतिको उपयुक्त हो, यो भने विशेष प्रश्न उठ्छ। सन् १९५९ तिर मोलार्ट र गौलनले ब्रेन डेड हुनु नै मृत्यु हो भने, अर्थात् लामो समयसम्म गहिरो कोमामा भएको व्यक्ति, सास फेर्न नसक्ने, कुनै पनि चेतना नभएको या प्रतिक्रिया दिन नसक्ने, कोमाबाट फर्किन नसक्ने तथा ईईजीमा मस्तिष्कको कुनै गतिविधि नदेखिनु नै मृत्यु हो, परिभाषित गरे। यसरी आधुनिक मसिनको सञ्चालनमा राखेर एउटा लासलाई वर्षौंसम्म सुरक्षित राख्न सकिन्छ भन्ने तात्पर्य निस्कियो। हुन पनि सोच्नु पर्ने कुरा हो, आधुनिक मेसिन सञ्चालन गर्दा परिवार सँगसँगै अस्पताल सञ्चालकलाई पनि आर्थिक रुपले निकै खर्च परिरहेको हुन्छ।

अस्पतालमा भएका सीमित शैयामा बिरामी संख्या बढी भयो भने कहिले नब्युँझिने मृत शरीरलाई राख्ने या साँच्चिकै जीवित भएका बिरामीको उपचार निम्ति राख्ने कुरा पनि संयोगवश उठ्ने गर्छ। क्यालिफोर्नियाको केस जाहि म्याक-म्याथको कथा पनि स्वास्थ्यकर्मी तथा कानुनविज्ञहरुको लागि ठूलो चुनौती ल्याएको थियो।

सन् २०१३ मा मस्तिष्क मृत्यु घोषणा भइसकेको म्याथलाई कहिलेसम्म अस्पतालमा राख्ने निष्कर्ष हेतु चिकित्सकका समूहले मृत्यु घोषणा गरेपश्चात् म्याथका माता पिताले सोकुरा अस्वीकार गरेका थिए र म्याथलाई आफ्नै घरमा सम्पूर्ण उपचार पद्दतिका साथ राखे। अचानक एकदिन म्याथका आमाले बिरामी छोरीले खुट्टा चलाएको देखिन् र म्याथ समय-समयमा महिनावारी समेत भएको जानकारीका साथ म्याथले अस्पतालमा उपचार गर्न पाउनु पर्ने उजुरी दिएका थिए। तर चिकित्सकको समूहले पुनः परीक्षण गर्दा कुनै प्रतिक्रिया नआएको म्याथलाई सन् २०१८ जुनमा मृत घोषणा गरियो। यस्ता अन्य घटना हरु पनि सार्वजनिक भएका छन्।

स्ट्रेलियन अनुसन्धानकर्ता एलिसन विल्सनका अनुसार मानब मृत शरीर मृत्युपश्चात् लगभग एक वर्षसम्म आफैं हलचल हुन सक्छ। उनले गरेका शोधमा मृत शरीरहरु विभिन्न समयमा हेर्दा आफ्नो स्थान परिवर्तन गरेको जानकारी हासिल गरेका छन्। कतिपय मलामी गएका व्यक्तिहरु अनुसार लास जलाउँदा सास फेरेको या शरीर चलेको कुरा सुनाउँछन्। त्यसो भए के शरीर मरेर पनि मर्दैन, या मस्तिष्क मृत्यु भन्ने शब्द नै गलत हो ?

प्रश्न जति उठे पनि, उत्तर अझैं स्पष्ट पाउन सकिएको छैन। प्रोफेसर डा डेभिड ग्रियर, बोटसन अनुसार मनमा सनक लागुन्जेल कुनै शरीरलाई मृत घोषित नगर्ने सल्लाह दिएका छन्। विभिन्न समयमा भएका शोधहरु अनुसार मानव शरीर विभिन्न किसिमका रसायन पदार्थले बनेको हुन्छ, मृत्यु पश्चात् ती रसायनहरुको प्रतिक्रिया हुनजान्छ। विभिन्न किसिमका जीवाणुहरु शरीरलाई कुहाउन सुरु गरेको हुनाले शरीर तन्किने-खुम्चिने गर्छन्। यही क्रममा स्थान परिबर्तन हुने गर्छ। ब्रेनस्टिम र सेरेब्रेल कोर्टेक्समा एसेण्डिङ्ग रेटिकुलर एक्टिभेटिङ्ग सिस्टम बिग्रे पश्चात मानिस कोमामा जाने गर्छन्। लगभग ७५ प्रतिशत ब्रेन डेड मानिसमा स्पाइनल रिफ्लेक्सले गर्दा लाजेरस साइन देखिन्छ, जसमा मृत शरीरको हातहरु आफैं करिब १०-३० सेकेण्ड माथि तिर उठ्ने गर्छ। मृत्यु भएको एक घण्टा नपुग्दै शरीरमा राईगर मोर्टिस हुन जान्छ, जसमा एक्टिन र मायोसिन फ़िलमेण्ट्सहरु स्टिफ्फ एक्टिनोमाऐसिनमा परिणत हुन्छ, जसले गर्दा मांशपेशीहरु कडा तथा खुम्चिने गर्छ। शरीरमा हुने कुहिने प्रक्रिया, मोलिकुलर डेथ, प्राकृतिक रुपले हुने ममिफिकेसन, राईगर मोर्टिस, पुट्रिफिकेसन, जैविक रासायनिक परिबर्तनहरुका जटिल प्रक्रिया नै मृत्युलाई भ्रामिक रहस्यमय बनाएको छ।

(डा.प्रकाश नेपाल मेडिकल कलेजमा लेक्चर छिन्)

भैरहवामा न्यूरो विज्ञान सम्मेलन

भैरहवा । लुम्बिनी इन्टरनल मेडिसिन सोसाइटी लुम्बिनी प्रदेश र नेपाल पक्षघात संघको आयोजनामा भैरहवामा पहिलो पटक प्रदेश स्तरीय न्यूरोविज्ञान सम्मेलन भएको छ।

देश विदेशमा प्रयोगमा भएको चिकित्सा विज्ञान, अनुसन्धान र अपडेटबारे चिकित्सा क्षेत्रमा जानकारी दिने उद्देश्यले भैरहवामा सम्मेलन गरिएको लुम्बिनी इन्टरनल मेडिसिन सोसाइटी लुम्बिनी प्रदेशका अध्यक्ष डाक्टर विष्णुप्रसाद पौडेलले जानकारी दिए । नेपालमा विभिन्न विषयमा यस्तो सम्मेलनहरु हुने गरे पनि यो क्षेत्र चिकित्सा क्षेत्रमा धेरै फड्को मारेकोले चिकित्सकहरुलाई सहजताका लागि यहाँ सम्मेलन गरिएको उनले जनाए।

सम्मेलनले मुख्यतया न्यूरो मेडिसिन, न्यूरो सर्जरी, नाक, कान, घाँटी, साइक्याट्री, ग्यास्ट्रो, रेडियोलोजी, आँखालगायतको उपचार क्षेत्रमा सहयोग पुर्‍याउने र यसको छिटो समस्या समाधान गर्नका सहयोगी बनेको कार्यक्रम संयोजक डाक्टर सुवास ज्ञवालीले बताए । सम्मेलनमा नेपालका विभिन्न क्षेत्रमा, यस प्रदेशका विभिन्न अस्पताल तथा क्लिनिकहरुमा कार्यरत २ सय बढी डाक्टरहरुको सहभागिता रहेको थियो । यस्तै सम्मेलनमा नेपाल सहित भारत र थाइलैण्डलगायतको विशेषज्ञ कनसल्टटेन्टहरुले प्रयोग गरेको विषय र पछिल्लो प्रणलीबारे १८ वटा कार्यपत्र प्रस्तुत गरेको कार्यक्रम संयोजक डाक्टर प्रकाश भट्टराईले जनाए।

सोसाइटी गत २ वर्षदेखि मेडिकलसँग सम्बन्धित रही उपचारमा सहजताका लागि थुप्रै कार्यक्रमहरु गर्दै आएको सासाइटीका महासचिव सरोज थापाले बताए। अहिले विभिन्न क्षेत्रका फिजीसियनहरुलाई केन्द्रित गरी न्यूरोसम्बन्धी कार्यक्रम गरिएको छ।

सम्मेलनले नेपाल सरकारले टाउकोको नशा सुकेर हुने समस्याको समाधानका लागि लाग्ने औषधी निःशुल्क विभिन्न अस्पतालमा दिने व्यवस्था गरेकोमा त्यसको उचित प्रयोग गर्दै भएको ज्ञान सीपसँगै सम्मेलनमा लिएको अनुभव र ज्ञानलाई आपुनो अस्पतालमा गएर प्रयोग गर्नेमा सहजता प्रदान गर्नु रहेको डाक्टर भट्टराईले जानकारी दिए।

सम्मेलनको पूर्वसन्धयामा नेपालमा पक्षघातसम्बन्धी रोगको अवस्था, उपचार पद्धति, सुधार र समस्या समाधानको विषयमा गोष्ठी समेत गरिएको थियो। नेपाल स्ट्रोक एसोसिएसन, नेपाल स्ट्रोक प्रोजेक्ट, बोहरिंगर इन्गेलहाइम तथा लुम्बिनी इन्टरनल मेडिसिन सोसाइटीको संयुक्त सहयोगमा उक्त गोष्ठी आयोजना गरिएको संस्थाले जानकारी दिएको छ।

जस्मा नेपाली डाक्टरहरुलाई स्ट्रोक म्यानेजमेन्ट र त्यसको उपचारको बारेमा नेपाल स्ट्रोक एसोसिएसनका संस्थापक अध्यक्ष डा. लेखजंग थापाले तालिमपश्चात्‌को उपचारले बिरामीको नतिजा राम्रो हुने बताए। कार्यक्रममा थाइल्याण्डका इन्टरभेन्सनल न्यूरोलोजिस्ट डा.सुरासक कोमोन्चन, लुम्बिनी इन्टरनल मेडिसिन सोसाइटीका अध्यक्ष विष्णुप्रसाद पौडेल तथा नेपाल स्ट्रोक एसोसिएसनका संस्थापक अध्यक्ष डा. लेखजंग थापा लगायत विभिन्न जिल्लाबाट करिब ७० जना डाक्टरहरुको सहभागिता रहेको रहेको थियो।

चौतारीको लुम्बिनी अध्यक्षमा पुनः पन्थी

दाङ । प्रेस चौतारी नेपाल लुम्बिनी प्रदेशको अध्यक्षमा पुनः शोभाकर पन्थी निर्विरोध निर्वाचित भएका छन् । प्रेस चौतारी नेपाल लुम्बिनी प्रदेशको शनिबार देउखुरीमा भएको दोस्रो अधिवेशनले पन्थीको अध्यक्षतामा ३३ सदस्य नयाँ कार्यसमिति चयन गरेको हो। जसको उपाध्यक्षमा दशरथ घिमिरे, महासचिवमा हरि अधिकारी, सचिवमा कृष्ण पोखेल, बेणीमाधव बस्याल, माधव कंडेल, जनक चौधरी, दिपक न्यौपाने, निता चौधरी र कोषाध्यक्षमा विनोद भट्टराई निर्विरोध निर्वाचित भएका हुन् । त्यस्तै सदस्यहरूमा नवराज शर्मा, बासुदेव न्यौपाने, शान्ता खनाल, रामबहादुर गन्धर्व, अजय बर्मा, यमकुमारी सुवेदी, नवराज ज्ञवाली, मनिष पन्थ, अजम्द खलि सिद्धिकी, जयपति ढकाल, ज्ञानेन्द्र पोखेल, लोकप्रसाद छन्त्याल, स्नेहा केसी, अराज बेल्बासे, कमल विष्ट, माधव बेल्बासे, गीताराम विष्ट, कुशल बस्याल, मरोज सल्मानी, ओरीराम चौरासिया, प्रमोद अर्याल, कृष्णराज पाण्डे, मित्र थापा, मोहन पौडेल, रवीन्द्र गुप्ता, सुमित्रा बराल र शशी पन्थी रहेका छन्।

यसअघि अधिवेशनको उद्घाटन गर्दै लुम्बिनी प्रदेशका मुख्यमन्त्री चेतनारायण आचार्यले पत्रकारिता र आम सञ्चारमाध्यमको सशक्तीकरणका लागि प्रदेश सरकार प्रतिबद्ध रहेको बताएका छन् । उनले प्रदेश सरकारले स्थापना कालदेखि नै पत्रकारिता सशक्तीकरणलाई प्राथमिकतामा राख्दै आएको स्पष्ट पारे।

उनले पत्रकारिता क्षेत्रको प्रवर्द्धनका लागि आवश्यक कानुनी संशोधन गर्ने तथा पत्रकार हितलाई संरक्षण गर्ने प्रतिबद्धता जनाए। त्यस्तै, मुख्यमन्त्री आचार्यले प्रेस स्वतन्त्रताको नाममा सामाजिक सञ्जालमा फैलिरहेको अराजक प्रवृत्तिप्रति गम्भीर चिन्ता व्यक्त गरे।

कार्यक्रममा प्रेस चौतारीका केन्द्रीय अध्यक्ष गणेश बस्नेतले सामाजिक सञ्जाल विधेयक नेपाली पत्रकारितालाई बलियो बनाउन ल्याइएकाले त्यसको वास्तविकता बुझाउन आग्रह गरेका छन्। उनले प्रेस स्वतन्त्रताको पक्षमा सधैं वकालत गरेकाले प्रेस चौतारीले त्यसमा कुनै सम्झौता नगर्ने बताउँदै अब विकास र समृद्धिको अभियानमा जुट्न सबैलाई आग्रह गरे । पत्रकारितालाई स्थापित गराउने जिम्मेवारी प्रेस चौतारीले थालनी गरेको र त्यसलाई निरन्तरता दिने बताए । उनले पार्टीका नेताको नाम जोडेर गुट-उपगुट बनाउने छुट कसैलाई नभएको जनाए। उनले एमालेमा कुनै व्यक्तिको समूह नभएकोले नेताको नाम जोडेर अगाडि नबढ्न आग्रह गरे।

नेकपा एमालेका पोलिटब्यूरो सदस्य, चौतारीका इन्चार्ज तथा केन्द्रीय प्रचार विभाग प्रमुख राजेन्द्र गौतमले सरकारले अघि बढाएको सामाजिक सञ्जालले पत्रकारितामा बढेका विकृतिको कमी आउने जनाएका छन् । नेता गौतमले सरकारले अहिले गरेका सकारात्मक अभियानबाट निराशा र कुण्ठित राजनीति गर्नेहरू अत्तालिएको बताउँदै यो विषयमा प्रेस चौतारीका सबै सदस्यले वास्तविकता बाहिर ल्याउन आग्रह गरेका छन् । उनले ०८४ को निर्वाचन डिजिटल वारजस्तै हुने भएकोले तयारीमा बस्न सबैलाई आग्रह गरे।

एमाले प्रदेश अध्यक्ष तथा प्रेस चौतारी लुम्बिनी इन्चार्ज मोहन चापागाईं, प्रेस चौतारीका पूर्वअध्यक्ष डा.बालकृष्ण चापागाईं, एमाले लुम्बिनी सचिव लक्ष्मण आचार्य, प्रेस चौतारीका उपाध्यक्ष तथा पत्रकार महासंघका केन्द्रीय सचिव सबिन प्रियासन, प्रेस चौतारी केन्द्रीय सचिव विष्णु तारूके, पत्रकार महासंघ लुम्बिनी अध्यक्ष शुक्रऋषि चौलागाई, चौतारी लुम्बिनी महासचिव निरू गौतमलगायतले बोलेका थिए।

हिलिहाङ गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
पञ्चमी, पाँचथर कोशी प्रदेश, नेपाल

बोलपत्र स्वीकृत गर्ने आशयको सूचना

(सूचना प्रकाशित मिति २०८१/११/१८)

प्रस्तुत विषयमा हिलिहाङ गाउँपालिकाको आ.व. २०८१/०८२ को वार्षिक बजेट अनुसार तल उल्लेखित स्थानमा तोकिए बमोजिमको निर्माण कार्य गराउनु पर्ने भएकाले मिति २०८१।१०।०२ गतेका दिन https://www.bolpatra.gov.np/egp मार्फत बोलपत्रको सुचना अनुसार रितपुर्वक पर्न आएका बोलपत्रहरु मध्ये तपसिल बमोजिमको न्यूनतम मुल्याङ्कित फर्म सारभूतरुपमा प्रभावग्राहि देखिएकोले स्वीकृतिको लागि मुल्याङ्कन समितिबाट सिफारिस भई आएको हुँदा सार्वजनिक खरिद ऐन २०६३ (पहिलो संसोधन २०७३) को दफा २७ (१) र २७ (२) को प्रयोजनका लागि जानकारी गराईन्छ। साथै सार्वजनिक खरिद ऐन २०६३ को दफा ४७ को प्रयोजनका लागि सम्बन्धित सबै बोलपत्रदाताहरुलाई समेत यसै सूचनाद्धारा जानकारी गराईन्छ।

सि.नं.	ठेक्का नं.	कामको विवरण	निर्माण स्थल	फर्मको नाम तथा स्थल	कबोल रकम भ्याट र पि.एस. बाहेक
1.	HRM/NCB/WORKS/081/082/04	Hilihang Gaupalika Vitraka Motar Bato Track Open	Hilihang	Godar Nirman Sewa, Phidim-1, Panchthar	20,01,886.00
2.	HRM/NCB/WORKS/081/082/05	Construction of Hilihang Darbar Conservation and Infrastructure Construction (Public Toilet) Hilihang 4 and 3 Panchthar	Hilihang-04	Golden Nirman Sewa, Phidim Panchthar	22,82,148.65

प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत

नीम चाचाको 'बैकुण्ठपुरी'

जिजु हजुरबुवाहरूले प्रयोग गर्ने सामग्रीले नयाँ पुस्ता उत्साहित

लक्ष्मण घिमिरे
अर्घाखाँची

पेशाले पत्रकारिता गर्ने नीमबहादुर रिजाल यती बेला संग्रहालय बनाएर पुराना सामग्रीहरु संकलनमा जुटेका छन् । करिब तीन दशक पत्रकारिता गरेका रिजालले २०५१ सालदेखि विभिन्न मिडियामा काम गरे।

गोरखापत्र, कान्तिपुर, नेपाल टेलिभिजनमा लामो समय जिल्ला संवाददाताको रुपमा काम गरेका उनले जिल्लामै अन्तर पुकार साप्ताहिक पत्रिका प्रकाशन गर्ने गरेका थिए। २०६१ सालमा नेपाल पत्रकार महासंघको जिल्ला अध्यक्ष भएका रिजालले ०६२-६३ मा भएको जनआन्दोलनको समेत पत्रकारिताको माध्यमबाट सशक्त नेतृत्व गरे।

नीम चाचाका नामले परिचित रिजालले उमेर अवस्थाका कारण विगत केही वर्षदेखि पत्रकारितामा दौडधुप गर्न छाडेका छन् । उमेरले ७१ वर्ष काटेका उनले अहिले 'बैकुण्ठपुरी' नामक संग्रहालय निर्माण गरेर सञ्चालन गरिरहेका छन्। सन्धिखर्क नगरपालिका वडा नम्बर-४, वाङ्लाको आमडाँडामा स्थापित संग्रहालयमा जिजु हजुरबुवाहरुले प्रयोग गर्ने, तर अहिले लोप हुने अवस्थामा रहेका पुराना भाँडाकुडा तथा प्रयोग गर्ने सामानहरु राखिएको छ।

हाम्रा अग्रज पुस्ताले प्रयोग गरेका, तर अहिलेको पुस्ताले नदेखेका सामग्रीहरु उक्त संग्रहालयमा छन् । कपडा राख्ने काठको मदुस, घ्यू राख्ने काठको हर्पे, तेल राख्ने चौठी, मोही पार्ने काठको ठेको, मदानी, दही जमाउने काठको आरी आदि छन्। उखु पेल्ने काठको कोल, तेल पेल्ने काठको कोल, धान कुट्ने ढिकी, मकै पिस्ने जाँतो, खेतबारी जोत्ने हलो, असारमा हिलोमा लगाउने खोक, काठको दूध निकाल्ने डाडु, काठका चप्पल, पुराना भरुवा बन्दुक, हातले बनाएका छालाका जुत्तालगायतका वस्तुहरु संग्रहालयको मुख्य आकर्षणको रुपमा रहेको रिजालले बताए।

पानी आउँदा ओढ्ने सिउ, धर्मशालामा राखिने घैंटो, भजनमा बजाउने खैंजडु, डाला, सुपा, तमाखु खान प्रयोग गरिने हुक्का, चिलिम, पुराना टेप रेकर्ड, भोटे ताल्चा, दाउ, बाँसको काँईयोलगायतका थुप्रै वस्तुहरु संग्रहालयमा छन्। संग्रहालय परिसरलाई आकर्षक बनाउन सेल्फी जोन, परम्परागत पोशाक, जनावरका डमीहरु प्रयोग गरिएको छ।

'हाम्रा अग्रजहरुले प्रयोग गरेका पुराना वस्तुहरु लोप हुन थालेका छन्,' रिजालले भने-'भावी पुस्तालाई सो कुराको जानकारी समेत नहुने देखिएकाले संग्रहालय बनाएर पुराना वस्तुहरु संकलन गरिएको हो।'

कला संस्कृति लोप हुँदै गएका हरेक संरचनालाई संरक्षण गर्दै बनाएको संग्रहालय अर्घाखाँचीको प्रमुख पर्यटकीय स्थल बन्न सक्ने सरोकारवालाहरुको भनाइ छ । यस्ता खालका ऐतिहासिक संरचना निर्माण गर्ने संघसंस्थालाई तिनै तहका सरकारले आर्थिक सहयोग गरेर प्रोत्साहन गनु पर्ने उनीहरुको भनाइ छ।

बैकुण्ठपुरी अवलोकन आगामी पुस्ताका लागि सिकाइ स्थल बन्न सक्ने संग्रहालय अवलोकन गर्न पुगेका योगेश पन्थीले बताए । 'आजका पुस्ताले नदेखेका सामग्री हेर्न र मानव विकासका चरणको अवलोकन गर्न महत्वपूर्ण स्थान हो। यसलाई पर्यटकीय र ऐतिहासिक बनाउन सक्ने हो भने भावी पुस्तालाई समेत यसले आकर्षित गर्ने सक्छ।' -पन्थीले भने।'

पुराना साम्रगीहरु हेर्दा अहिलेका युवा पुस्ता उत्साहित छन्। संस्कृति, प्राचीनता, सभ्यता र सामग्रीको रक्षाको उद्देश्यले स्थापना गरिएको बैकुण्ठपुरी संग्राहलय युवा पुस्तासँगै आन्तरिक पर्यटकको पहिलो रोजाइ बन्दै गएको छ।

संग्रहालयमा दैनिक करिब ५० जनाले अवलोकन गर्ने गरेका र बिदाको दिनमा सय जनाभन्दा धेरैले संग्रहालय अवलोकन गर्ने गरेको सञ्चालक उमा रिजालले बताइन् । अवलोकनकर्ताले पुराना सामग्री हेर्न, फोटो खिच्न, टिकटक बनाउन, मगर ड्रेसलगायत विभिन्न खालका पोशाक लगाएर नाच्ने रमाइलो गर्ने गर्दछन्।

सार्वजनिक सुनुवाई सम्बन्धी सुचना

एप्पल कंक्रिटो प्रा.लि.को निर्माणका लागि हुन गईरहेको प्रारम्भिक वातावरणीय परीक्षण (lEE)को प्रर्योजनार्थ तल उल्लेखित मिति, समय र स्थानमा सार्वजनिक सुनुवाई हुने भएकोले सरोकारवालाको उपस्थितीको लागि अनुरोध छ।

मिति : २०८१/११/२० गते मंगलबार
समय : अपरान्ह १ : ०० बजे
स्थान : जिल्ला नवलपरासी (ब.सु.प.) रामग्राम नगरपालिका वडा नं १५

Lumbini Province Government
Ministry of Urban Development and Water Supply
Water Supply and Sanitation Office
Rupandehi

Re-Invitation for Bid (IFB)

Date of Publication Falgun 18, 2081 (March 02, 2025)
(First date of publication: Magh 23, 2081 (February 05, 2025)

Water Supply and Sanitation office,Rupandehi invites open competitive bidding from eligible bidders for the Drilling and Installation of Deep Tube well (DTH method)under Sealed Quotation (SQ).

S.N.	Contract Identification No.	Description	Estimate AmountNRs. (Without VAT& PS)	Price of Bid Document	Bid Validity Period	Bid Security /Bid Bond
1	wssdorupandehi/SQ/Work/081-82/05(Re Notice)	Drilling and Installation 200*200 mm diameter Deep tubewell by Rig Machine (120m deep) DTH Method and Electro mechanical Works (Pulchowk Tole WSP Butwal 3)	1661869.87	NRS.1000	45days	49000

1. Information to deposit the cost of bidding document and bid security in the bank

Office Name	Water Supply and Sanitation Division Office, Rupandehi		Last Date of Bid Submission for SQ.	Date of Bid Opening for SQ.
Name of Bank	Rastriya Banijya Bank Ltd Butwal Khasyauli		March 17, 2025 12:00 Hours	March 17, 2025 13:00 Hours
Revenue Account No.	1000100200010000			
Revenue Code No.	14229			
Deposit Account No.	3120100202030000	Province Treasury Controller Office Rupandehi		
Office Code No.	3470248015	Water Supply and Sanitation Division Office Rupandehi		

2. Bidder can only apply bid electronically through e-procurement section of PPMO's Website: www.bolpatra.gov.np/egp
3. Any conditions so far not covered in bid document shall be as per Prevailing Public Procurement Act, 2063 and Prevailing Public Procurement Regulation, 2064 . Any amendments in tender notice shall be published in e-procurement section.
4. Eligible bidders may obtain further information from Water supply and Sanitation Office Rupandehi (Tel: 071437311 email: wss.rupandehi@gmail.com) during office hour or may visit PPMO web portal www.bolpatra.gov.np/egp.

Office Chief

ट्वाइलेट सफा गराउनुहोस्
के तपाईंको घरको शिट, नाली, जाम भयो भने चिन्ता नलिनुहोस र सेनेटरी जगतमै बढी क्षमता, अत्याधुनिक प्रविधि, पावर फूल रोटर भ्याकुम पम्प,बिजुली नचाहिने एक मात्र सेनेटरीलाई सम्पर्क गर्नुहोस् । लोडसेडिङ्गको बेला पनि सेवा दिइने छ।
सम्पर्कः
तिनाउ सेनेटरी
बुटवल-१०, सुख्खानगर, रूपन्देही,
फोनः ९८५७०५८८१३,९८०७१८०८१३

ट्वाइलेट सफा गराउनुहोस्
सेफ्टी ट्याङ्की, भरिएर, शिरनाली जाम भएर समस्या परेको छ ?
हामी तपाईंको समस्या तुरून्त ५ मिनेटमै हल गरी दिनेछौं ।
क्षेत्रः लुम्बिनी, भैरहवा, परासी, बुटवल मर्चवार

प्रो. रामशाह शाहानी
विशाल सेनेटरी
बर्मेलीटोल, भैरहवा
मो.9847324755,9804406297

ट्वाइलेट सफा गराउनुहोस्
तपाईको सहर बुटवल तथा लुम्बिनी अंचलमा आधुनिक जापानीय मेशिनद्वारा सेफ्टी टंकी ट्वाइलेटको रिङ्ग भरिएमा १० मिनेटमा नै सफा गरिनेछ ।
- ट्वाइलेट, वाथरुम, किचन र नाली जाम भएमा हामीलाई सम्झनुहोस् ।
- लोडसेडिङ्ग भएको बेलामा पनि अत्याधुनिक भ्याकुमद्वारा १० मिनेटमै सफ्टी टंकीको रिङ खाली गरिने छ ।
सम्पर्कः
सुपथ मूल्यमा काम गर्ने र गराउन हामीलाई एक चोटी सेवा गर्ने मौका दिनुहोस
सीताराम सफा सेनेटरी
भैरहवा
९८६९७८९२७५,९८००७६०६२२

फागुन १९ देखि सैनामैना गोल्डकप फुटबल

बुटवल । रुपन्देहीको सैनामैनामा प्रथम सैनामैना गोल्ड कप फुटबल प्रतियोगिताको तयारी पूरा भएको छ । सैनामैना नगरपालिकाको संरक्षकत्व र मुर्गिया फुटबल क्लबको आयोजनामा फागुन १९ देखि २८ गतेसम्म सैनामैना फुटबल रंगशाला मुर्गियामा प्रतियोगिता सञ्चालन हुन लागेको आयोजकले शनिबार पत्रकार सम्मेलन गरी जानकारी दिएका हुन् ।

रुपन्देहीमा तिलोत्तमा गोल्डकपपछिको दोस्रो ठूलो यो प्रतियोगितामा नेपालका दुई विभागीय टिम नेपाल पुलिस क्लब र एपीएफ क्लब तथा भारत सिक्किमको दि जोङ्ग्री क्लबसहित १० टिमले भाग लिएका आयोजक क्लबका अध्यक्ष प्रविन भारीले बताए ।

प्रतियोगिताको उपाधि विजेताले नगद ७ लाख रुपैयाँ, उपविजेता टिमले नगद ४ लाख रुपैयाँ तथा विधागत रुपमा उत्कृष्ट खेलाडीहरुलाई समेत पुरस्कृत गरिने उनले बताए ।

प्रतियोगितामा आयोजक मुर्गिया फुटबल क्लब, काठमाडौंको महावीर क्लब, नवलपुर रजहरको अभिषेक चर्च, चितवनको हनामी बिएफसी, कपिलवस्तु ११, गोर्खा ब्वायज बुटवल र फर्साटिकर युथ क्लब रुपन्देहीले उपाधिका लागि प्रतिस्पर्धा गर्ने खेल संयोजक अशोक खड्काले जानकारी दिए । सुनगाभा पब्लिक स्कुलको ७ लाख रुपैयाँ मुख्य प्रायोजनमा हुने प्रतियोगिताका लागि सैनामैना नगरपालिकाबाट ५ लाख रुपैयाँ तथा खेलमैदान मर्मतका लागि थप ५ लाख रुपैयाँ सहयोग भएको उनले बताए ।

अखिल नेपाल फुटबल संघ एन्फाको स्विकृतिमा प्राविधिक सहयोग उपलब्ध रहेको गोल्डकपमा एउटा टिममा ५ जनासम्म विदेशी खेलाडी राख्न सकिने नियम बनाइएको छ ।

प्रतियोगिता सम्पन्न गर्न ६० लाख खर्च हुने अनुमान छ । पत्रकार सम्मेलनमा सैनामैना नगरपालिका वडा नं ४ का वडाध्यक्ष रामप्रसाद अधिकारीले सैनामैनामा पहिलोपटक आयोजना हुने गोल्डकपले स्थानीय व्यवसाय र पर्यटन प्रवर्द्धन समेत हुने बताए ।

आठ करोड रुपैयाँ लागतमा निर्माणधिन रंगशाला करीब ७० प्रतिशत काम भएको उनले बताए । रंगशालाको डीपीआर अनुसारको काम संघ, प्रदेश र स्थानीय सरकारको बजेटबाट निर्माणको क्रममा रहेको उनले बताए । प्रतियोगिता आयोजना गर्न विभिन्न दाताहरुबाट पचास लाख रुपैयाँ सहयोग जुटेको उनले बताए । अब खेललाई व्यवस्थित गर्नेतर्फ आफूहरु लागेको उनले बताए ।

कार्यक्रममा क्लबका सल्लाहकार चित्रबहादुर केसी, आर्थिक संयोजक गोपाल खड्का, पत्रकार कृष्ण भण्डारीले प्रतियोगिता अवधिभर सबैबाट आ-आफ्नो क्षेत्रबाट सहयोग गर्न आग्रह गरे ।

महाशक्ति महिला उत्थान आमा समूहको साधारणसभा

तिलोत्तमा । महाशक्ति महिला उत्थान आमा समूह तिलोत्तमा - ८ प्रदीपनगरको २५औं वार्षिक साधारणसभा शनिबार एक कार्यक्रमकाबिच सम्पन्न भएको छ ।

आमा समूहका अध्यक्ष कमलादेवी भण्डारीको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा तिलोत्तमा नगरपालिकाका नगर प्रमुख रामकृष्ण खाँणको प्रमुख आतिथ्यता रहेको थियो ।

कार्यक्रममा बोल्दै नगरप्रमुख खाँणले समाज रुपान्तरणमा आमा समूहको भूमिका महत्वपूर्ण भएको बताए ।

उनले आमा समूहका लागि क्षमता विकास र नेतृत्व विकासका तालिमहरू सञ्चालनमा नगरको सहयोग रहने जनाए । उनले तिलोत्तमा नगरपालिका आर्थिक विकासका लागि उद्यमशील तालिम, लैंगिकमैत्री नगर बनाउने तयारीमा जुटेको बताउँदै हिंसा विभेद मुक्त नगर बनाउन नगरपालिका लागिरहेको समेत बताए ।

कार्यक्रममा आमा समूहकी अध्यक्ष भण्डारीले अध्यक्षको प्रतिवेदन, कोषाध्यक्ष दीव्या गुरुङले आर्थिक प्रतिवेदन प्रस्तुत गरी सर्वसम्मतले पारित गरेको छ ।

आमा समूहले जेष्ठ नागरिक डाली गुरुङ, समाजका पूर्व अध्यक्षहरु उमा गुरुङ र अमृता गुरुङलाई सम्मान गरिएको छ । कार्यक्रममा करहिया सामुदायिक वन उपभोक्ता संस्थाका अध्यक्ष हरिलाल पान्डे, समाजसेवी राजुमान गुरुङ, केशव अर्याल, संगिता घिमिरेलगायतको सहभागिता रहेको थियो ।

आमा समूहमा ७८ जना दिदीबहिनीहरु आबद्ध रहेका छन् । आमा समूहले तिलोत्तमा नगरपालिका तथा वडा नम्बर ८ ले गर्ने हरेक रचनात्मक कार्यमा उत्साहजनक तरिकाले सहभागिता रहेको छ । आमा समूहका उपाध्यक्ष बसी गुरुङको स्वागत मन्तव्यमा भएको कार्यक्रममा सचिव मनकला घर्तीमगरले सञ्चालन गरेकी थिइन ।

शुद्ध खानेपानी वितरणको दायित्व नगरपालिकाको

नवलपरासी । पश्चिम नवलपरासी सुनवल नगरपालिका वडा नं. ११ र १२ मा कार्यक्षेत्र रहेको अधेरी खोला खानेपानी तथा सरसफाइ आयोजनाको १०औं साधारणसभा तथा अधिवेशन सम्पन्न भएको छ । आयोजनाका अध्यक्ष बालकृष्ण भट्टराईको अध्यक्षता तथा सुनवल नगरपालिकाकी नगर प्रमुख विमला अर्यालको प्रमुख आतिथ्यतामा सम्पन्न भएको हो ।

कार्यक्रमको उद्घाटन गर्दै प्रमुख अतिथि नगरप्रमुख विमला अर्यालले नगरवासीलाई शुद्ध खानेपानी वितरणको दायित्व नगरपालिकाको भएको कारण नगरपालिका त्यसतर्फ लागेको बताएकी छन् । नगरपालिकामा आफू निर्वाचित भएर आएदेखि नै खानेपानीमा ५ हजारसम्म प्रयोग गर्ने उपभोक्ताको शुल्कमा छुट प्रदान सुरु गरेको बताइन । प्रमुख अर्यालले खानेपानीका कारण धेरै रोग लाग्ने भएका कारण पनि नगरवासीलाई शुद्ध खानेपानी वितरणतर्फ नगरपालिका कृयाशिल भएर लागेको बताइन । देश अहिले आर्थिक दलदलमा फस्दैं गएको र अर्थ मन्त्रालयले नगरको बजेट समेत कटौती गरेका कारण नगरपालिहरु आफैं आत्मनिर्भरतर्फ उन्मूख हुनु आवश्यक भएको हुँदा नगरको आयस्रोतको रुपमा रहेको नदीजन्य पदार्थको चोरी निकारी रोक्नु सबैको दायित्व रहेकोमा अर्यालले जोड दिइन ।

कार्यक्रममा खानेपानी तथा उपभोक्ता महासंघ लुम्बिनी प्रदेशका संयोजक थानप्रसाद गैरेले कुनै पनि संस्था बलियो हुन संस्थाका सदस्यहरुको पनि जिम्मेवारी भएको बताउँदै गुणस्तरीय खानेपानी आम नागरिकलाई पुऱ्याउनु अहिलेको आवश्यक्ता रहेको हुँदा स्थानीय सरकारले खानेपानीलाई पहिलो प्राथकमिकतामा राख्नु पर्ने बताए ।

सभारणसभामा खानेपानी तथा उपभोक्ता महासंघ नवलपरासीका अध्यक्ष देवीदत्त सापकोटा सुनवल नगरपालिकाकी कार्यपालिका सदस्य भगवती बस्याल, सुनवल खानेपानी तथा उपभोक्ता समितिका अध्यक्ष विष्णु न्यौपाने रामनगर वृहत् खानेपानीका अध्यक्ष विष्णु अर्याल अधेरी खोला खानेपानी तथा सरसफाइ आयोजनाका पूर्व अध्यक्ष राजकुमार श्रेष्ठलगायतले शुभकामना व्यक्त गरेका थिए । २०५८ सालमा स्थापित संस्थाले व्यक्तिगत तथा संस्थागत र सार्वजनिक गरी १ हजार १ सय ३ वटा धारा वितरण गरिएको अध्यक्ष बालकृष्ण भट्टराईले जानकारी दिए ।

संस्थाका उपाध्यक्ष विष्णुप्रसाद लामिछानेको स्वागत गरेको साधारणसभामा कोषाध्यक्षको प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्दै टीकाकुमारी न्यौपाने पाण्डेयले ६४ लाख ९२ हजार बराबरको आर्थिक प्रतिवेदन प्रस्तुत गरेकी थिइन । त्यस्तै सचिवको प्रतिवेदन सुरेन्द्र बिक्रम शाह र लेखा समितिको प्रतिवेदन टंकप्रसाद सुवेदीले प्रस्तुत गरेका थिए ।

लैंगिक विभेद र हिंसाविरुद्ध एकजुट हुन आग्रह

तिलोत्तमा । सामाजिक विकास मन्त्रालय, लुम्बिनी प्रदेश सरकारको आयोजनामा तिलोत्तमाका जनप्रतिनिधि एवम् सरोकारवालाहरुका लागि एक दिने सचेतनामूलक प्रशिक्षण कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ ।

शनिबार होटल एसआरमा आयोजित सामाजिक रुपमा रहेका हानिकारक अभ्यास, लैंगिक विभेद तथा हिंसाविरुद्ध सचेतनामूलक कार्यक्रममा बोल्ने वक्ताहरुले कानुनी उल्झन, सामाजिक अवस्था तथा पुरुषवादी चिन्तनलगायतका विभिन्न कारणले समाजमा हिंसालगायतका विभिन्न घटनाहरुले प्रश्रय पाइरहेको बताएका छन् ।

महिला समुत्थान परियोजनाअन्तर्गत आयोजित प्रशिक्षण कार्यक्रममा बोल्दै लुम्बिनी प्रदेशका सामाजिक विकास मन्त्री जन्मजय तिमिल्सिनाले घर घरबाटै विभेद र हिंसाका घटनाहरु हुने गरेको भन्दै यस्ता घटनाक्रम रोक्न सके धेरै हदसम्म लैंगिक विभेद र हिँसा विरुद्धका घटनाहरुमा कमी आउने बताए । मन्त्री तिमिल्सिनाले समाजमा व्याप्त विकृति र विसंगतिहरु मध्येको एउटा ज्वलन्त मुद्दा सम्बोधन गर्न कार्यक्रम सहायक सिद्ध हुने जनाए ।

उनले सबैखाले विभेदको अन्त्य गर्न एकजुट भएर लाग्न समाजका हरेक तह र तप्कालाई आग्रह समेत गरेका छन् । तिलोत्तमा नगरपालिकाका नगरप्रमुख रामकृष्ण खाँणले कुनै पनि किसिमको विभेद र हिँसा तिलोत्तमा नगरपालिकामा स्वीकार्य नहुने भन्दै त्यस्ता घटनालाई शून्य अभियानमा लैजानेगरी काम गर्न नगरपालिका कटिबद्ध रहेको बताए ।

तिलोत्तमालाई लैंगिकमैत्री नगरपालिका बनाउने अभ्यास भैरहेको बताउँदै खाँणले आम नगरवासीको साथ, सहयोग र सर्मथन आवश्यक पर्ने पनि जनाए ।

कार्यक्रममा बोल्दै नगर उप-प्रमुख जगेश्वरदेवी चौधरीले महिलामाथि हुने हिंसाका घटनाले समाजमा नराम्रो सन्देश छर्ने बताइन् । उनले सबैखाले हिँसा र विभेदविरुद्ध लड्ने गरी तिलोत्तमा अघि बढ्न तैयार रहेको दोहोऱ्याइन ।

कार्यक्रममा मन्त्रालयका प्रदेश सचिव अणप्रसाद न्यौपाने, वरिष्ट महिला अधिकृत सम्झना सुवेदी, महिला तथा बालबालिका सेल रुपन्देहीका प्रमुख तथा प्रहरी निरीक्षक अमृता केसी, अधिवक्ता कुसुम अर्याल, महिला समुत्थान परियोजनाका विज्ञ छविलाल सुनारलगायतले प्रशिक्षण दिएका थिए, भने तिलोत्तमा नगरपालिकाका महिला तथा बालबालिका शाखा प्रमुख सम्झना भण्डारी, नगर बाल सञ्जालका अध्यक्ष विवेक खड्कालगायतले आ-आफ्नो धारणा राखेका थिए ।

लुम्बिनी प्रदेशका सामाजिक विकासमन्त्री जन्मजय तिमिल्सिनाको प्रमुख आतिथ्यता रहेको अन्तरक्रियात्मक प्रशिक्षण कार्यक्रममा सरोकारवाला निकायका प्रतिनिधि, सुरक्षा निकायका प्रतिनिधि एवम् महिला तथा बालबालिकाको क्षेत्रमा काम गर्ने विभिन्न संघसंस्थाका प्रतिनिधिलगायतको उल्लेख्य सहभागिता रहेको थियो ।

अपाङ्गता भएका महिलाहरू बढी लैगिंक हिंसाको मारमा

बुटवल । लैगिंक हिंसाको मारमा अन्य महिलाको तुलनामा अपांगता भएका महिलाहरु बढी प्रभावित भएको एक कार्यक्रमका सहभागीहरुले बताएका छन् । नेपाल दृष्टिउत्थान संघ रुपन्देहीको आयोजना तथा एबीआइएलआइएस फाउण्डेसनको सहयोगमा अपांगता भएका व्यक्तिहरुकालागि आश्रयस्थल र सार्वजनिक स्थानहरुमा हुने लैंगिक तथा यौनिक हिंसाबाट कसरी सुरक्षित हुन सकिन्छ विषयक २ दिने अभिमुखीकरण कार्यक्रममा यस्तो कुरा बताएका हुन् ।

कार्यक्रममा राष्ट्रिय अपांग महासंघ लुम्बिनी प्रदेशका अध्यक्ष हुमनाथ अधिकारीले अपांगता भएका व्यक्तिहरु, त्यसमा पनि महिलाहरु अझ बढी हिंसाका घटनाहरुबाट पीडित भएको अवस्थामा हिंसाबाट कसरी सुरक्षित हुन सकिन्छ, हिंसा भैहाले के गर्ने कानुनी प्रकृयामा जानकालागि कहाँ कसरी जाने जस्ता विषयमा जानकारी दिने र लैगिंक हिंसाको जोखिमबाट बच्नकालागि सचेतना बढाउने उद्देश्यले कार्यक्रम सञ्चालन गरिएको बताए ।

अध्यक्ष अधिकारीले विपदबाट हुने जोखिमलाई कम गर्न र बचाउनकालागि एपस निर्माण गरी १० जना च्माम्पियनलाई तालिम दिएर जोखिमको बेला कसरी सचेत हुने र जोखिमबाट कसरी बच्न सकिन्छ सो विषयमा पनि अपांगता भएका व्यक्तिहरुलाई सचेतिकरण गर्ने गरेको जनाए ।

तालिमको सहजीकरण मानवअधिकारकर्मी, पत्रकार तथा लैससास विषय विज्ञ रीमा बिसीले लैगिंक हिंसा, यसको अवस्था, कारण र यसले समाजमा पारेको प्रभाव, सामाजिकीकरण, लैंगिक हिंसा, घरेलु हिंसासंग सम्बन्धित नीतिगत कानुनी व्यवस्थ, लैगिंक समानता, अपांगता तथा सामाजिक समावेशिकरणको महत्व, आवश्यकतालगायतका विषयमा सहजीकरण गरेका थिए ।

कार्यक्रमको समापन सत्रमा बोल्दै प्रमुख अतिथि सैनामैना नगरपालिकाका उप-प्रमुख विना रानाले अपांगता भएका व्यक्तिहरुका अधिकारको सवालमा र लैगिंक हिंसाबाट बचाउनकालागि तीनै तहका सरकारका नीति तथा कार्यक्रमहरु के कस्ता छन् ? अझ कसरी अपांगतामैत्री नीति तथा कार्यक्रम र बजेटहरु विनियोजन भएका छन् सो विषयमा छलफल भएको र त्यसले पक्कै पनि लाभ भएको बताइन् । उप-प्रमुख रानाले जबसम्म हामी आत्मानिर्भर हुन सक्दैनौ तबसम्म हामीहरुको पहुँच पुग्न नसक्ने भन्दै त्यसकारण पनि पछाडि पारिएका समुदाहरुकालागि कसरी आत्मानिर्भर बनाउन सकिन्छ ? सो विषयमा कार्यक्रमहरु गरिरहेको र यस्ता कार्यक्रमले लैगिंक हिंसा न्यूनीकरण हुने जनाइन् । उप-प्रमुख रानाले स्थानीय न्यायिक समितिले मेलमिलाप गराउने खालका देवानी प्रकृत्तिका मुद्दाहरु आउने र दुवै पक्षलाई जितजितको अवस्थामा पुऱ्याउने गरी न्याय सम्पादन गरेको समेत बताइन् । कार्यक्रममा सैनामैना नगरपालिका वडा नं. १० का अध्यक्ष कृष्णप्रसाद घिमिरेले स्थानीय सरकार नीति योजना र कार्यक्रम निर्माण गर्दा अपांगतामैत्री नीति, योजना, कार्यक्रम र बजेट निर्माण गर्दै गइरहेको र आगामी दिनमा पनि यस्ता विषयमा सक्दो काम गर्ने प्रतिबद्धता व्यक्त गरे ।

कार्य्रमक संस्थाका सचिव रजिता रेग्मीको सञ्चालन, कोषाध्यक्ष शंकर रेग्मीको स्वागत तथा संस्थाका अध्यक्ष मुक्तिनाथ पाण्डेको अध्यक्षतामा कार्यक्रम सम्पन्न भएको थियो ।

आकर्षक डिजाइन तथा छपाई
सबै किसिमका रंगिन तथा सादा डिजाइनका
साथै सम्पूर्ण छपाईको लागि सधै हामीलाई
सम्झनुहोस् !
आइडिया डिजाइनर्स/अफसेट प्रेस
सम्पर्क:
बुटवल-७, पुरानो बसपार्क (सब्जीमण्डी पछाडि)
यातायात मजदूर संघको भवनमा
फोन:-०७१-५५०२९३ मो.९८५७०३५३८०,९८४७१२३१५७
E-mail:ideapressbtl@gmail.com

ट्वाइलेट सफा गराउनुहोस्
बुटवल सेनेटरी प्रा.लि.
९७४५४०५९७३, ९८०७४०९८५२
सेफ्टी टंकी, रिङ्ग सफा गर्नु परेमा तथा सेनेटरी सम्बन्धी
कुनै पनि काम परेमा हामीलाई सम्पर्क गर्नुहोस् ।
मनिषा सेनेटरी ९८५११९७९६६, ९८४७१२४१८५
शर्वेस सेनेटरी ९८४७०३९१४३, ९८५७०३४३८३
रियुस सेनेटरी ९८११४२८७३०
रेसुङ्गा सेनेटरी/रेसुङ्गा वाटर सप्लायर्स ९८५७०५७०७०

सिद्धार्थ पब्लिकेशन (प्रा.) लि. द्वारा प्रकाशित दैनिक लुम्बिनीको लागि अध्यक्षः मोहन चापागाईं, सल्लाहकारः एम.बी. विश्वकर्मा, प्रबन्ध सञ्चालकः महेश रिजाल, सम्पादकः शेरबहादुर केसी, सह-सम्पादक : टि.आर. शर्मा
प्रधान कार्यालयः बुटवल-११, माझगाउँ, रूपन्देही, लुम्बिनी प्रदेश नेपाल, फोन : ०७१-५३०६४०, ५३७६४० इमेलः dailylumbini@gmail.com(Advt), lumbininews@gmail.com (News) मुख्य शाखा कार्यालय भैरहवा, फोनः ०७१-५७२२६७ अनलाइन संस्करण lumbinipatrika.com