

दैनिक

लुम्बिनी

सिर्लाजे उपत्यका विकास प्राधिकरण चर्लामे चर्लामे चर्लामे

सम्पादकीय

अविचलित अगुवा

नागरिकमैत्री व्यवस्थाको पक्षमा सक्रिय बौद्धिक योद्धा देवेन्द्रराज पाण्डेको निधन केवल उनको भौतिक अवसान मात्रै नभएर मुलुक र लोकतन्त्रका लागि अपुरणीय क्षति हो । दलीय आबद्धता बाहेकका व्यक्ति पाउन समाजमा समस्या परेका बेला अविचलित रुपमा नागरिक अगुवाका रुपमा उनले खेलेको भूमिका अविष्मरणीय छ । पाण्डेको शुक्रबार साँझ ८७ वर्षको उमेरमा निधन भएको छ ।

नागरिक हक र नागरिकमैत्री व्यवस्थाका निम्ति पाण्डेको सक्रिय सहभागिता २०३६ सालदेखि नै भएको हो । प्रारम्भमा पञ्चायती शासनका जागिरे उनले २०३६ सालमा अर्थ सचिवबाट राजीनामा दिए । तत्कालीन राजा वीरेन्द्र शाहले घोषणा गरेको जनमत संग्रह सफल बनाउन प्रधानमन्त्री बनाइएका सूर्यबहादुर थापाले पञ्चायत पक्षलाई जिताउन राज्यसत्ताको दुरुपयोगलाई तीव्रता दिएपछि उनले राजीनामा दिएका थिए । उनको राजीनामाले बहुदल पक्षलाई अधि बढ्न ऊर्जा दियो । २०४६ सालमा जनआन्दोलन सफल भएसँगै कृष्णप्रसाद भट्टराई नेतृत्वको अन्तरिम सरकारमा उनी अर्थमन्त्री भए । राजनीतिक दलहरूलाई त्यो विशाल नागरिक आन्दोलनको वैधता आर्जन गरेर नयाँ सत्ता सफल पाण्डेले जीवनको अन्तिम घडीमा समेत मुलुककै चिन्ता थियो ।

उनले वैदेशिक सहायतालाई क्रमशः बन्द गर्नुपर्ने विचार राख्थे । वैदेशिक सहायताले मुलुकलाई स्वावलम्बी बनाउन नसके उनको धारणा थियो । पञ्चायत व्यवस्थाप्रति असहमति राखेर अर्थसचिवबाट राजीनामा दिएका उनले २०४६ सालको जनआन्दोलनमा जति अगुवाई गरे, त्योभन्दा बढी २०६२/०६३ को जनआन्दोलनमा अगुवाई गरे । त्यसपछि उनको पहिचान अभै फराकिलो भयो । जनआन्दोलनपछि नागरिक आन्दोलनका अगुवा छिन्नभिन्न भए । तर पाण्डेलागायत सीमित व्यक्ति मात्रै आफ्नो पूर्ववत् आदर्शमा अडिग रहेर नागरिक अगुवाको भूमिका कायम राखिरहे । राजकीय पदभन्दा अलग रहेर सत्तालाई खबरदारी गरिरहेर उनको बेग्लै पहिचान सम्भव भएको हो । वर्तमान व्यवस्थाको एक धरोहरका रूपमा उभिइरहे ।

तत्कालीन प्रधानमन्त्री शेरबहादुर देउवाद्वारा ८ जेठ २०५९ मा गरिएको प्रतिनिधिसभा विघटन र तत्कालीन राजा ज्ञानेन्द्रले दुई पटक (१८ असोज २०५९ र १९ माघ २०६१) प्रधानमन्त्री देउवालाई पदच्युत गरी लादेको अधिनायकवादविरुद्धको संघर्षले नागरिक आन्दोलन (नागरिक समाज) को जन्म भयो । माओवादी सशस्त्र संघर्षमै रहेको र संसदवादी दलहरूले नागरिकको विश्वास गुमाएको तत्कालीन परिस्थितिमा ज्ञानेन्द्रको अधिनायकवादी शासन मौलाउने मौका पायो । त्यहीबेला नागरिक आन्दोलनले नै जनता र दललाई जोड्यो । नागरिक आन्दोलन नै लोकतान्त्रिक आन्दोलनको प्रस्थानविन्दु भयो । राजनैतिक दलहरूलाई गोलबन्द गर्दै आन्दोलनमा होमिन वातावरण बनायो । यो परिवर्तनका लागि पाण्डेको भूमिका अतुलनीय छ । लोकतन्त्र, नागरिक स्वतन्त्रता, नागरिक हक र समानता स्थापित गर्न सधैं सक्रिय रहने व्यक्तिका रूपमा हामी उहाँलाई सम्भ्ररहने छौं । सच्चा नागरिक अगुवा पाण्डेप्रति हार्दिक श्रद्धाञ्जली ।

मुक्तिनाथ ऋा

नेपालको हालको खाद्य सुरक्षा स्थिति केही सुधार देखिए पनि अवस्था अभै चिन्ताजनक छ । २०२५ सालको वैश्विक भोक सूचकाङ्कमा नेपाल १२३ देशमध्ये ७२औँ स्थानमा रहेँदै १४.८ अङ्कसहित 'मध्यम' स्तरको भोकमरीमा वर्गीकृत छ । करिब १३ प्रतिशत जनसंख्या अभै मध्यमदेखि गम्भीर खाद्य असुरक्षामा छन् । जसमध्ये कर्णाली प्रदेश ३२ प्रतिशतसहित सबैभन्दा बढी प्रभावित छ । अभै पनि चारमध्ये एक बच्चा स्टन्डिबाट पीडित छन् र स्टन्डि दर गत वर्षको तुलनामा १.२ प्रतिशतले बढेको छ, साथै ५.२ प्रतिशत जनसंख्यामा पर्याप्त क्यालोरीको कमी छ । नेपालको सविवधानले खाद्य सुरक्षा र खाद्य सम्प्रभुतालाई मौलिक हकका रूपमा प्रत्याभूत गरेको छ । दिगो विकास लक्ष्यले सन् २०३० सम्म 'शून्य भोकमरी' को लक्ष्य राखेको सन्दर्भमा नयाँ कृषि नीतिले प्रत्येक स्थानीय तहमा खाद्य भण्डार, आपत्कालीन खाद्य परिचालन एकाइ र पोषण कार्यक्रमलाई एकीकृत रूपमा समावेश गर्नु पर्छ । क्षेत्रगत खाद्य असुरक्षाको वास्तविक समय तथ्याङ्क सङ्कलन र प्रतिकार्यको व्यवस्था नीतिले गर्नु पर्छ । कर्णाली र सुदूरपश्चिम जस्ता खाद्य न्यून क्षेत्रमा विशेष लक्षित कार्यक्रम नीतिको अभिन्न अङ्ग बन्नु पर्छ ।

व्यापार घाटामा सुधार

कृषि व्यापार घाटा पछिल्ला वर्षमा तीव्र गतिमा बढ्दो छ । कृषिजन्य वस्तुको आयात लगभग चार खर्ब पुगेको छ । निर्यात यसको एक चौथाइ मात्र छ । चामल, दाल, तरकारी, फलफूल, खाद्य तेललागायत आधारभूत खाद्यान्नसमेत आयात गरिँदै छ, जुन देशको आत्मनिर्भरताको दृष्टिले अत्यन्त चिन्ताजनक अवस्था हो । कृषि विकास रणनीतिले कृषि निर्यात प्रवर्धन र आयात प्रतिस्थापनलाई मुख्य रणनीतिका रूपमा राखेको छ । नयाँ कृषि नीतिले तुलनात्मक लाभ भएका तथा नेपाल व्यापार एकीकृत रणनीति, २०८० ले निर्देश गरेका कृषि वस्तुहरू जस्तै अदुवा, अलैंची, चिया, कफी, जडीबुटी, आर्गानिक उत्पादन, याक तथा च्याङनाजन्य उत्पादनको उत्पादन, प्रशोधन र निर्यात प्रवर्धनका लागि ठोस कार्यानीति समावेश गर्नु पर्छ । भौगोलिक सङ्केतीकरण, रैथाने बालीको प्रवर्धन, आर्गानिक प्रमाणीकरण र ब्रान्डिङलाई तीव्रता दिनु आवश्यक छ । नेपाल सन् २०२६ नोभेम्बर २४ मा अतिक्रम विकसित मुलुक (एलडिसी) बाट स्तरोन्नति हुने चरणमा छ । एलडिसी स्तरोन्नतिपछि अहिले पाएरहेको सुविधा गुमिने सम्भावनालाई दृष्टिगत गर्दै अन्तर्राष्ट्रिय व्यापार सन्धिमा राष्ट्रिय क्षमता विकासको व्यवस्था नीतिमा अनिवार्य रूपमा राखिनु पर्छ ।

रासायनिक मलखादको माग र आपूर्तिबिचको खाडल छ । मलखाद अभावका कारण उत्पादकत्वमा हुने हासले किसान पीडित छन् । रासायनिक मलखादको असन्तुलित प्रयोगले माटोको स्वास्थ्य बिग्रिएको छ । नयाँ कृषि नीतिले रासायनिक मलखादको आपूर्ति सुनिश्चितसँगै जैविक तथा प्राक्रारिक मलखादको उत्पादन र प्रयोगलाई प्राथमिकता दिनु पर्छ । माटो स्वास्थ्य काई प्रणाली, माटो परीक्षण प्रयोगशालाको विकास र माटोमा प्राक्रारिक पदार्थको मात्रा बढाउने एकीकृत माटो पोषण व्यवस्थापन नीतिमा समावेश हुनु पर्छ । रासायनिक मलखादमाथिको निर्भरता क्रमशः घटाउँदै जैविक खेतीतर्फ रूपान्तरण गर्ने दीर्घकालीन कार्यानीति नीतिमा स्पष्ट उल्लेख हुनु पर्छ ।

जलवायुमैत्री कृषि

नेपाल जलवायु परिवर्तनबाट सर्वाधिक प्रभावित हुने देशमध्येको एक हो । जलवायु परिवर्तनले कुल गार्हस्थ्य उत्पादनमा १.५-२ प्रतिशतसम्म असर पुर्‍याएको छ । विश्वव्यापी रूपमा देखिएको जलवायु परिवर्तनले प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष रूपमा सबै क्षेत्रलाई प्रभावित गरेको छ । विश्वको कुल हरिलगुह ग्यास उत्सर्जनमा नाण्य भूमिका भए पनि जलवायु परिवर्तनका कारण प्रतिकूल असरको जोखिम उच्च रहेका राष्ट्रमध्ये एक हौं । बहुप्रकोपीय जोखिमको हिसाबले २०औँ, जलवायु परिवर्तनको हिसाबले पाँचौँ, बाढीपहिरोको हिसाबले ३० औँ तथा भूकम्पीय जोखिमको हिसाबले पाँचौँ स्थानमा हामी छौं । पछिल्लो दशकमा वर्षा, सुक्खा खडेरी, बाढी, असिना पानी र तसुरापोतका घटना वार्षिक रूपमा बढेका छन् । वैज्ञानिक अध्ययनले देखाए अनुसार हिमनदीहरू तीव्र गतिमा पतनरहेका छन्, जसले दीर्घकालीन जलस्रोतको उपलब्धतामा गम्भीर असर पार्ने छ । कृषिक्षेत्र जलवायु परिवर्तनको हिसाबले जोखिमपूर्ण भएको सन्दर्भमा नयाँ कृषि नीतिले जलवायु स्मार्ट कृषि, खडेरी र बाढी प्रतिकोधी बालीका जातको विकास र प्रसार, पूर्वसूचना प्रणाली, कृषि बिमार्को दायरा विस्तार र जलवायु वित्तका स्रोत परिचालनको ठोस प्रावधान गर्नु पर्छ ।

युवा पलायन र यान्त्रिकीकरण

नेपालमा वैदेशिक रोजगारीको बढ्दो प्रवृत्तिले कृषिक्षेत्रमा श्रम अभाव तीव्र बनेको छ । श्रम सर्वेक्षणअनुसार प्रत्येक वर्ष चार लाखभन्दा बढी युवा वैदेशिक रोजगारीमा जाने गरेका छन् । यसको प्रत्यक्ष प्रभाव कृषिमा पर्दा खेतीयोग्य जमिन बाँभो रहने क्रम तीव्र भएको छ । मध्यपहाडी र हिमाली क्षेत्रमा अनुत्पादक बाँभो जमिनको क्षेत्रफल पनि क्रमिक रूपमा बढ्दै गएका रिपोर्ट छन् । यस समस्याको समाधानका लागि नयाँ कृषि नीतिले कृषि यान्त्रिकीकरणलाई विशेष प्राथमिकता दिनु पर्छ । पहाडी भूगोलमा उपयुक्त साना तथा मझौला यन्त्र उपकरणको विकास र सुलभ उपलब्धता, कस्टम हाथरिड सेन्टरको विस्तार र मेसिनरीमा अनुदान नीति समावेश हुनु पर्छ । कृषि उद्यमशीलतालाई आकर्षक बनाउन इन्क्युबेसन केन्द्र, स्टार्टअप सहयोग र युवा किसानका लागि विशेष ऋण सुविधाको व्यवस्था नीतिको अभिन्न अङ्ग बन्नु पर्छ । वैदेशिक रोजगारीबाट फर्केका युवाको सिप र पुँजीलाई कृषि उद्यममा आकर्षित गर्ने विशेष कार्यक्रम पनि नीतिले सम्बोधन गर्नु पर्छ ।

नेपालमा कृषि अनुसन्धान, कृषि प्रसारसेवा र कृषि शिक्षाबिचको समन्वय अत्यन्त कमजोर छ । नेपाल कृषि अनुसन्धान परिषद्ले विकास गरेका प्रविधि कृषकसम्म पुग्न बसैं लाग्ने गर्छ । अनुसन्धान केन्द्र र कृषि ज्ञान केन्द्रबिचको सम्पर्क कमजोर छ, विश्वविद्यालयमा पढाइने पाठ्यक्रम समयको वास्तविकतासँग तालमेल राख्न नसकेको अवस्था छ । कृषि विश्वविद्यालय र नेपाल कृषि अनुसन्धान परिषद्विच संरचनागत सम्बन्ध अभै प्रभावकारी बनेको छैन । नयाँ कृषि नीतिले यस त्रिपक्षीय सम्बन्धलाई संरचनागत रूपमा अनिवार्य गर्नु पर्छ । अनुसन्धान प्राथमिकता निर्धारणमा कृषकको सक्रिय सहभागिता, प्रविधि हस्तान्तरणको स्पष्ट समयसीमा, विश्वविद्यालयमा प्रयोगात्मक र उद्यममुखी कृषि शिक्षाको विकास र कृषि प्रसार जनशक्तिको क्षमता अभिवृद्धिका लागि निरन्तर तालिम कार्यक्रमको व्यवस्था नीतिमा उल्लेख हुनु पर्छ । कृषि नीति 'थिङ्क ट्याङ्क' को स्थापना र

अनुसन्धान-शिक्षा-प्रसार सम्बन्धलाई कानुनी प्रावधानसहित सुदृढ गर्नु अत्यावश्यक छ ।

सीमान्तकृतको समावेशीकरण

नेपालको कृषिक्षेत्रमा तीन तहका सरकारबिच समन्वयको अभाव, बजेटमा अस्पष्टता र ७५३ वटै स्थानीय तहमा प्राविधिक जनशक्तिको चरम अभाव मुख्य समस्याका रूपमा रहेका छन् । देशमा गरिबी २०.२७ प्रतिशत र बहुआयामिक गरिबी १७ प्रतिशतमा भरे पनि कृषिमा आश्रित ग्रामीण जनसंख्या नै यसबाट बढी प्रभावित छ । बेरोजगारी दर १२.६ प्रतिशत पुग्दा वार्षिक साढे आठ लाखभन्दा बढी युवा वैदेशिक रोजगारीमा जान बाध्य छन् । अर्कोतर्फ दलित, जनजाति, महिला र सीमान्तकृत किसान अभै पनि कृषिसेवा, ऋण र प्राविधिको समान पहुँचबाट वञ्चित छन् ।

यस पृष्ठभूमिमा सोह्रौँ आवधिक योजनाको समावेशी विकासको लक्ष्यलाई आत्मसात् गर्दै नयाँ कृषि नीतिले महिलाका लागि कम्तीमा ५० प्रतिशत सहभागिता, भूमिहीनका लागि जग्गा करार तथा सुलभ ऋण र किसान पहिचानपत्रमा आधारित कल्याणकारी योजना सुनिश्चित गर्नु पर्छ । पूर्वाधारको क्षेत्रमा ३५ लाख हेक्टर खेतीयोग्य जमिनमध्ये १५ लाख हेक्टरमा मात्र सिँचाइ पुगेको छ । शीतभण्डार, प्रशोधन केन्द्र र कृषि सडकको अभावले उत्पादनपछिको क्षति उच्च छ । त्यसैले नीतिले सौर्य ऊर्जामा आधारित र नवीनतम सिँचाइ प्रविधि तथा हरेक स्थानीय तहमा भण्डारगृहको व्यवस्था गर्नु पर्छ । जैविक विविधता संरक्षणतर्फ, हाइब्रिड जातका कारण रैथाने बाली र पशुजात लोप हुने खतरामा छन् । किसानको परम्परागत ज्ञानलाई बौद्धिक सम्पत्तिका रूपमा दर्ता गर्ने र स्थानीय उत्पादनको ब्रान्डिङ गर्ने नीति आवश्यक छ । यस्तै वित्तीय पहुँचतर्फ साना किसानलाई मिटरब्याजी चक्रबाट बचाउन बैङ्किङ प्रणालीलाई जिम्मेवार बनाउने, कृषि बिमालाई सरल र अनुदानयुक्त बनाउने तथा डिजिटल कृषिका लागि मोबाइल आधारित बजार सूचना प्रणाली विकास गर्नु पर्छ ।

अन्ततः, निर्वाहमुखी कृषिलाई व्यावसायिक, प्राविधसम्मत र जलवायु उत्थानशील बनाउनु नै अर्थतन्त्र सुधारको मुख्य आधार हो । सविवधानप्रदत खाद्य सम्प्रभुताको हक साकार पार्न केवल नीतिगत दस्तावेज मात्र नभई दृढ राजनीतिक इच्छाशक्ति, पर्याप्त बजेट र प्रभावकारी कार्यान्वयन अपरिहार्य छ । कृषिक्षेत्रको समग्र रूपान्तरण एक मात्र दिगो मार्ग हो ।

नेपालको कृषिक्षेत्रलाई निर्वाहमुखीबाट व्यावसायिक, प्राविधसम्मत र जलवायु उत्थानशील प्रणालीमा रूपान्तरण गर्नु अर्थतन्त्र सुधारको मुख्य आधार हो । सोह्रौँ योजना र सविवधानप्रदत खाद्य सम्प्रभुताको हक साकार पार्न यो नीति महत्वपूर्ण छ । यसका लागि नीति मात्र नभई दृढ राजनीतिक इच्छाशक्ति, पर्याप्त बजेट र प्रभावकारी कार्यान्वयनमार्फत् कृषि रूपान्तरण नै समृद्धिको एक मात्र दिगो मार्ग हो ।

गोपबाट

धोरज मैनाली

नेपालमा पछिल्लो समय आत्मदाहका घटनाहरू दिनानुदिन सुनिँदै आइएका छन् । धेरैले यसलाई सरकारलाई बदनाम गराउने अस्त्रका रूपमा व्याख्या गरिरहेका छन् भने कतिपय स्थापित क्षेत्रबाटै यसलाई सरकारको असफलता चित्रण गर्ने प्रयास भइरहेको छ । गणेश नेपालीलागायतका व्यक्तिहरूले यसरी देहत्याग गर्नु आफैंमा अत्यन्तै दुःखद विषय हो ।

प्रतिपक्ष वा आलोचकहरूले भनेजस्तै सरकार स्टन्ड देखाउनमै व्यस्त रहेको र अपरिपक्व कार्यशैलीका कारण जनतामा निराशा बढेर आत्मदाह बढेको भन्नु मात्र पर्याप्त हुँदैन । राजनीतिक आरोप-प्रत्यारोपभन्दा माथि उठेर यसको वास्तविक कारण के हो र यस्ता अभ्रिय कार्यहरूलाई निरुत्साहित गर्ने के गर्ने भनेबारे गम्भीरतापूर्वक सोच्नुपर्ने बेला आएको छ । कतै यसका पछाडि मानसिक स्वास्थ्य नै मुख्य कारक त होइन ? सामान्य अवस्थामा मानिसले आफ्नो अमृत्य जीवन कसरी त्याग्न सक्छ ? संसारमा मानिसलाई आफूभन्दा बढी माया अरू कसैको लादैन । त्यसैले, अहिलेको समयमा आत्महत्या वा आत्मदाहका घटनालाई समसनीपूर्ण 'समाचार' बनाउने होडबाजीभन्दा पनि मानसिक स्वास्थ्यबारे जनचेतना जगाउनु आजको मुख्य आवश्यकता हो ।

धार्मिक आचरण, संस्कार र परम्परा हाम्रा मौलिक पहिचान र जीवन पद्धतिका आधारस्तम्भ हुन् । धर्म, संस्कार र संस्कृतिले मानिसलाई सधैं जीवन जिउने प्रेरणा र ऊर्जा प्रदान गर्छ । तर, पछिल्लो समय यसमा ठूलो हास आएको देखिन्छ। समाजका अभिन्न अङ्ग मानिने मिडिया, नागरिक समाज तथा धार्मिक संघ-संस्थाहरूले मानिसमा जीवनप्रति ऊर्जा, आशा र प्रेरणा जगाउने खालका गतिविधि किन सञ्चालन गरिरहेका छैनन् ? अरू कसैले चरम निराशामा पुगेर आत्मदाह गर्ने अनि हामी चाहिँ त्यसलाई सरकारतिर मात्र औंला तेर्‍याएर रमिने बनिरहने छुट पाउन सक्छौं र ?

मानसिक स्वास्थ्य भन्नाले मानिसको भावनात्मक, मनोवैज्ञानिक र सामाजिक रूपमा स्वस्थ रहने अवस्थालाई बुझाउँछ । मानसिक रूपमा स्वस्थ व्यक्तिले तनाव व्यवस्थापन गर्न, सही निर्णय लिन र जस्तोसुकै कठिन परिस्थितिमा पनि जीवनका असहजताहरूलाई सामना गर्दै अघि बढ्न सक्छ । त्यस्ता व्यक्तिले जीवन त्याग्ने सोच राख्दैनन्, बरु सङ्घर्षलाई जीवनको अभिन्न पाटो मानेर अनेकौँ हन्डर र ठक्करहरूलाई चिदै अगाडि बढ्छन् । जीवनमा अनगिन्ती समस्याहरू आउँछन्। आफूले सोचेजस्तो वा खोजेजस्तो सधैं हुँदैन । कहिलेकाहीँ व्यक्ति, समाज वा कार्यस्थलले पनि तनावपूर्ण अवस्था सिर्जना

गरिदिन सक्छन्, तर मानसिक रूपमा बलियो मानिसले यी सबै परिस्थितिमा धैर्य, सहनशीलता र ढुङ्ढताका साथ सामना गर्छ ।

आजको व्यस्त जीवनशैली, बेरोजगारी, गरिबी, पारिवारिक तनाव, सामाजिक सञ्जालको अत्यधिक प्रयोग, अप्राकृतिक अपेक्षाहरू र सन्नतका कारण मानसिक स्वास्थ्य विश्वव्यापी चुनौती बनेको छ । यस्तो गम्भीर परिस्थितिको संवेदनशीलतालाई आँकलन गरेर सचेतना बढाउनुको सट्टा मिडिया र सामाजिक सञ्जालहरूमा 'टिआरपी' बढाउने र थप निराशा फैलाउने गरी सामग्रीहरू सम्प्रेषण गर्नु कतिसम्म शोभनीय कार्य हो ?

तथ्यांकले के भन्छ ?

नेपाल राष्ट्रिय मानसिक स्वास्थ्य सर्वेक्षण २०२ अनुसार नेपालमा करिब १० प्रतिशत वयस्कले आफ्नो जीवनकालमा कुनै न कुनै मानसिक समस्याको अनुभव गरेका छन् भने ४.३ प्रतिशतमा मानसिक विकार देखिएको छ ।

सन् २०२५ को प्रतिवेदन अनुसार नेपालमा आत्महत्याको औसत दर प्रति १ लाख जनसंख्यामा १४.८ पुगेको देखिएको छ ।

विश्व स्वास्थ्य संगठनको प्रतिवेदनअनुसार विश्वभर १ अर्बभन्दा बढी मानिस कुनै न कुनै मानसिक स्वास्थ्य समस्यासँग बाँचिरहेका छन्, जसमा चिन्ता (एन्जाइटी) र डिप्रेसन सबैभन्दा बढी छ । नेपालमा गरिएका अन्य अध्ययन अनुसार चिन्ताको दर २२.७ प्रतिशत र डिप्रेसनको दर ११.७ प्रतिशत रहेको देखाइएको छ ।

यी तथ्यांकहरूले हामी समयमै गम्भीर नहुने हो, नियमन नपर्ने हो, र समाजमा अराजकता मात्र बढ्न दिने हो भने अवस्था अझ भयावह हुने स्पष्ट सङ्केत गर्छन् । युवापिढीमा विलासिता मात्र हावी हुने, सामाजिक सञ्जालमा लिप्त रहने, तर जीवनप्रतिको स्नेह र धर्म-संस्कारप्रतिको भुकाव घट्दै जाने हो भने भोलिको समाजले विकराल रूप लिने निश्चित छ ।

राति अबर १-२ बजे सुत्ने र दिनभर मोबाइल गेम वा च्याटमा व्यस्त रहने युवाहरूको संख्या उल्लेख्य छ । अभिभावकको अत्यधिक लाडप्यारमा हुर्किएका, जीवनमा कहिल्यै दुःख वा असफलता नभोगेका र नैतिक वा धार्मिक मूल्य-मान्यताबाट टाढा रहेका कतिपय युवाहरूमा ठुलै परिणाम चाहिने, छिट्टै

हरेस खाने र असमयमै जीवनको अन्त्य गर्नसम्मको आत्मघाती सोच पलाएको देखिन्छ ।

चाहेको प्रेम नपाउँदा उत्पन्न हुने शङ्का-उपशङ्का, शारीरिक व्यायामको अभाव, छिट्टै धनी बन्ने तीव्र चाहना, सानातिना कुरामा पनि निराश हुने प्रवृत्ति, आलोचना सहन नसक्ने र केवल सुख-विलासिता मात्र खोज्ने आजको पुस्तालाई जीवनको अर्को पाटो (सङ्घर्ष र वास्तविकता) बुझाउने जिम्मेवारी परिवार, समाज, विद्यालय र सञ्चारमाध्यम सबैको हो। नेपालका युवा, विपन्न समुदाय र स्वास्थ्य संस्थांमा कार्यरत जनशक्तिहरूमा समेत मानसिक स्वास्थ्यको समस्या बढ्दै गएको देखिन्छ । व्यस्त दैनिकी, प्राविधिको दुरुपयोग, लागुऔषधको लत, देखासिकी र विलासी जीवनशैलीको चाहना पूरा नहुँदा उत्पन्न हुने चिन्ताले मानिसलाई क्रमिक रूपमा डिप्रेसनतर्फ धकेलिँरहेको छ ।

धर्मले मानिसलाई जीवन जिउने कला सिकाउँछ । मन्दिर वा आध्यात्मिक स्थलहरूले शान्तिको मार्ग देखाउँदै संसारका भौतिक जिज्ञहरू नश्वर छन् भन्ने बोध गराउँछन् । शान्ति र सन्तुलन खोज्ने बुद्धको मार्ग आज हामी नेपालीहरूका लागि अत्यावश्यक भएको छ । जीवनमा वितृष्णा कहाँ छैन र ? विश्वका अत्यन्तै विकसित र समृद्ध मुलुकहरूमा समेत आत्महत्याको दर उच्च छ । विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनका अनुसार १५ देखि २९ वर्ष उमेर समूहका युवाहरूको मृत्युको तेस्रो प्रमुख कारण आत्महत्या हुनु अत्यन्तै दुर्भाग्यपूर्ण कुरा हो ।

त्यसैले, सञ्चारगृहहरूको काम पनि केवल घटनाको समसनीपूर्ण प्रचार गर्ने वा सरकार र अन्य पक्षलाई मात्र दोषारोपण गर्ने हुनुहुँदैन । सञ्चारमाध्यमले समाजमा आशा र चेेतना अझार गर्नुपर्छ । हामी सबै आ-आफ्नो क्षेत्रबाट सचेत बस्नौं । आफ्ना सन्तानलाई संयम, धैर्य र शान्तिको बाटो देखाउने पहिलो कर्तव्य अभिभावकको हो । धार्मिक आचरण र आध्यात्मिक जागरणले मानिसलाई योग, ध्यान र आत्मचिन्तनतर्फ प्रेरित गर्छ ।

जीवनलाई शान्त बनाउने, तनाव व्यवस्थापन गर्ने र कठिन परिस्थितिबाट बाहिर निस्कने उपायहरूबारे जनस्तरमा सचेतना जगाउनु आजको टड्कारो आवश्यकता हो । अन्त्यथा, भविष्यमा आत्मदाह र आत्महत्याका अफ काहालीलाग्दो दृश्यहरू हाम्रासामु आउनेछन्, जसको कल्पना मात्र पनि हृदयविदारक छ। सबैले आ-आफ्नो तहबाट सचेतना बढाउने कार्य गरौं। रिस, प्रतिशोध वा बदनामीको अस्त्रका रूपमा आत्मदाह गर्ने/गराउने परिस्थिति कहिल्यै सिर्जना हुनुहुँदैन र हुनुहुँदैन ।

