nepalpostdaily .com

नेपाल पोष्ट डेली
दैनिक

30°C । वर्ष :११, अंक : २८ पृष्ठ ४ । आइतबार,२९ भदौ २०८२ । SUNDAY, SEPTEMBER 14, 2025 .nepalpostdaily.com । मुल्य ५ रुपैंया

जेनजी आन्दोलनमा बीरगन्ज महानगरको करिब ८ करोडको क्षति

नेपाल पोष्ट संवदाता
बीरगन्ज,२८ भदौ ।

जेनजी आन्दोलनका क्रममा बीरगन्ज महानगरको भवन तथा सवारीसाधनमा व्यापक क्षति भएको छ । प्रदर्शनकारीहरूले महानगर परिसरमा रहेका आधा दर्जन भवन र डेढ दर्जनभन्दा बढी सवारीसाधनमा आगजनी गरेका थिए ।

महानगरका प्रशासन तथा व्यवस्थापन महाशाखा प्रमुख सुनिलकुमार कर्णका अनुसार, “बीरगन्ज महानगर परिसरमा रहेका छ वटा मुख्य भवनमध्ये अधिकांश जलेका छन् । जलेका भवनहरूमा कार्यालय सञ्चालन सम्भव छैन ।” उनले भने, “महानगरका विभिन्न शाखा तथा महाशाखाका लगभग सबै कागजात, कुर्सी, टेबल र फर्निचर जलेका छन् वा चोरी गरेर लगेका छन् । कम्प्युटर, प्रिन्टर्स र हार्डड्राइभ समेत नष्ट भएका छन् ।” महाशाखाका प्रतिनिधि जयराम महतोले भने, “बीरगन्ज महानगरका १३ वटा सवारीसाधन जलेर नष्ट भएका छन् । स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयबाट ल्याएको एक सवार ीसाधन, एक निजी ठेकेदारको गाडी र तीन वटा विद्युतीय रिक्सा पनि पूर्णरूपमा नष्ट भएका छन् ।” यसबाट करिब ८ करोड रुपैयाँ बराबरको क्षति भएको अनुमान गरिएको छ । नगरप्रहरीले महानगरबाट चोरी भएका सामान फिर्ता ल्याउने अभियान अघि बढाइरहेको छ । अहिलेसम्म ९ वटा हार्डडिस्क, केबल टेस्टर, कन्भर्टर, टेबल, कुर्सी र फर्निचर बरामद गरिएको छ । सुनिलकुमार कर्णका अनुसार, “गत मङ्गलबार साढे १२ बजेपछि आक्रमण सुरु भएको थियो । अहिले महानगरको करिब ९५ प्रतिशत संरचनामा क्षति पुगेको छ ।” महानगर प्रशासनले भौतिक संरचनाको पुनःस्थापनाका लागि लामो समय आवश्यक हुने जनाएको छ ।

बीरगन्जमा दिनभर निषेधाज्ञा, रातभर कर्फ्यु लागू

नेपाल पोष्ट संवदाता
बीरगन्ज,२८ भदौ ।

पर्सा जिल्ला प्रशासन कार्यालयले बीरगन्ज क्षेत्रका लागि नयाँ समयसहित निषेधाज्ञा र कर्फ्यु आदेश लागू गरेको छ । प्रमुख जिल्ला अधिकारी तोयनारायण सुवेदीका अनुसार बिहान ५ बजेदेखि राति ९ बजेसम्म निषेधाज्ञा लाग्नेछ भने राति ९ बजेदेखि बिहान ५ बजेसम्म कर्फ्यु जारी रहनेछ । निषेधाज्ञा अवधिमा बजार र पसल खोल्न पाइनेछ, सवारी साधन पनि सञ्चालन गर्न सकिने छ । तर सार्वजनिक स्थलमा भीडभाड, जुलुस, सभा, प्रदर्शन वा कुनै सामूहिक गतिविधि गर्न पूर्ण रूपमा रोक लगाइएको छ । कर्फ्यु अवधिमा भने नागरिक घर बाहिर निस्कन पाउने छैनन् । आदेश उल्लंघन गर्नेहरूका लागि कडा कानुनी कारबाही गरिने प्रशासनले चेतावनी दिएको छ । प्रशासनले सर्वसाधारणलाई निर्धारित समय र नियमको पालना गर्न आह्वान गरेको छ ।

पढाइ सुरु गर्न प्याबसन पर्साको आह्वान

नेपाल पोष्ट संवदाता
बीरगन्ज,२८ भदौ ।

हालैको ‘जेनजी आन्दोलन’का कारण प्रभावित बनेको शिक्षा क्षेत्रलाई तत्काल सञ्चालनमा ल्याउन निजी तथा आवासीय विद्यालयहरूको संगठन (प्याबसन) पर्साले आह्वान गरेको छ ।शनिबार विज्ञप्ति जारी गर्दै संगठनले आन्दोलनका क्रममा ज्यान गुमाउनेप्रति श्रद्धाञ्जली व्यक्त गर्दै पठनपाठन लामो समयदेखि अस्तव्यस्त भएको भन्दै अब विद्यार्थीको भविष्यलाई थप बन्धक बनाउन नहुने जनाएको छ । प्याबसनले पूर्वप्रधानन्यायाधीश सुशीला कार्की नेतृत्वको अन्तरिम सरकारलाई सकारात्मक परिवर्तनको रुपमा स्वागत गरेको छ । नयाँ सरकारले भ्रष्टाचार नियन्त्रण र सामाजिक न्यायमा जोड दिने विश्वास पनि संगठनले व्यक्त गरेको छ । प्याबसन पर्साका अध्यक्ष सरोज प्रसाद चौधरी र सचिव अशोक संग्रौलाले जिल्लामा लामो समयदेखि गर्मी, हैजा र आन्दोलनका कारण पढाइ प्रभावित भएको भन्दै तत्काल विद्यालय सञ्चालनको पहल गर्न सबैलाई आग्रह गरेका छन् ।संगठनले शिक्षा क्षेत्रमा लगानी बढाउन, पूर्वाधार सुधार गर्न र रोजगारी सिर्जनामा ध्यान दिन सरकारलाई आग्रह गर्दै विद्यार्थीको भविष्य जोगाउन अभिभावक, शिक्षक र नागरिक समाज सबैलाई एकजुट हुन आह्वान गरेको छ ।

पुनको आविष्कार केन्द्र, बीरगन्जमा पाउडर कोटिङ मेसिन निर्माण सुरु

नेपाल पोष्ट संवदाता
बीरगन्ज,२८ भदौ ।

राष्ट्रिय आविष्कार केन्द्रले कृषि औजार कारखाना, बीरगन्जमा पाउडर कोटिङ मेसिन निर्माण सुरु गरेको छ । कारखानाबाट उत्पादन हुने कृषि औजारलाई रङ्गाउन यो उपकरण उपयोगी हुने बताइएको छ । केन्द्र बीरगन्जका प्रमुख तथा इन्जिनियर रितेश देवका अनुसार मेसिन निर्माणमा आधा काम सकिएको छ र सम्भवतः एक महिनाभित्र उत्पादन पूरा हुनेछ । यस मेसिनको लागत करिब २० लाख रुपैयाँ पर्ने उनले जानकारी दिए ।
यसअघि केन्द्रले उत्पादन गरेको धान गोड्ने प्याडी विडर उपकरण बजारमा निकै लोकप्रिय भएको छ । ४५० रुपैयाँ मूल्य रहेको यो उपकरण यसै सिजनमा ६० वटाभन्दा बढी बिक्री भइसकेको छ । साथै, धान रोप्ने राइस प्लान्टर, कोदो रोप्ने मिलेट प्लान्टर, माछा पालनका लागि फिस इन्क्युवेटर तथा अक्सिजन टावर पनि बिक्रीमा छन् । जेठ महिनामा केन्द्रले ३ हजार वाट क्षमताको लेजर वेल्डिङ मेसिन १८ लाख रुपैयाँमा खरिद गरी कारखानामा भित्र्याएको थियो । केन्द्रका अध्यक्ष तथा वैज्ञानिक महावीर पुनका अनुसार कारखाना सञ्चालनका लागि सरकारले वाचा गरेअनुसार २० करोड रुपैयाँ उपलब्ध नगराएपछि उनले आफ्नै आत्मकथा पुस्तक बिक्री गरेर संकलन गरेको रकम खर्च गरिरहेका छन् । हालसम्म पुस्तक बिक्रीबाट १२ करोड रुपैयाँभन्दा बढी संकलन भइसकेको छ । कारखानामा हाल तीन दर्जनभन्दा बढी जनशक्ति कार्यरत छन् । कृषि औजार कारखाना २०२४ सालमा तत्कालीन राजा महेन्द्रले शिलान्यास गरेर सुरु गरे पनि २०४६ सालपछि रुग्ण भई २०४९ सालमा बन्द भएको थियो । २०७९ माघ १ देखि भने पुनको आविष्कार केन्द्रले सरकारसँग सम्झौता गरेर कारखानाको जिम्मा लिएको हो ।

बीरगन्ज महानगरपालिकामा लुटपाट, एक जना पक्राउ

बीरगन्ज,२८ भदौ ।

बीरगन्ज महानगरपालिकाको कार्यालय भवनमा भएको आगजनी र त्यसपछि भएको लुटपाटमा संलग्न एक युवकलाई प्रहरीले पक्राउ गरेको छ । पक्राउ पर्नेमा बीरगन्ज महानगरपालिका-५, बडसौराका २२ वर्षीय सुधीर पटेल रहेका छन् । नगर प्रहरी प्रमुख हरि भुसालको नेतृत्वमा खटिएको टोलीले पटेललाई चोरीका विभिन्न सामानसहित नियन्त्रणमा लिएको हो । प्रहरीका अनुसार, आगजनीपछि उत्पन्न अराजक परिस्थितिको फाइदा उठाएर केही व्यक्तिले कार्यालयभित्रका महत्त्वपूर्ण सामानहरू लुटेका थिए । प्रहरीले पटेलको साथबाट विभिन्न कम्प्युटर तथा विद्युतीय उपकरणहरू बरामद गरेको छ, जसमा ९ थान हार्ड डिस्क, ३ थान क्यामेरा, ९ थान डेस्कटप मनिटर, १ थान सिपियू, तथा अन्य केबल र उपकरणहरू समावेश छन् । पक्राउ परेका पटेललाई थप अनुसन्धान र कानुनी कारबाहीका लागि वडा प्रहरी कार्यालय बिर्ता, पर्सामा बुझाइएको छ । प्रहरीले यस घटनामा संलग्न अन्य व्यक्तिहरूको खोजी कार्य जारी रहेको बताएको छ ।

जेनजी आन्दोलनमा मारिएका बीरगन्जका आलमलाई राष्ट्रिय झण्डा ओढाएर अन्त्येष्टि

नेपाल पोष्ट संवदाता
बीरगन्ज,२८ भदौ ।

काठमाडौंमा जेनजी आन्दोलनका क्रममा प्रहरीको गोली लागी ज्यान गुमाएका बीरगन्ज-१२ मुर्लीका २२ वर्षीय असहाब आलमको शनिबार अन्तिम संस्कार गरिएको छ । शुक्रबार राति काठमाडौंबाट ल्याइएको शवलाई शनिबार बिहान जनाजासहित मुर्ली पोखरी नजिकको कब्रस्तानमा मुस्लिम धार्मिक संस्कारअनुसार दफन गरिएको हो । अन्तिम संस्कारअघि आलमको शवमा जेनजीका युवाहरू र स्थानीय नेताहरूले नेपालको राष्ट्रिय झण्डा ओढाएर श्रद्धाञ्जली अर्पण गरेका थिए । श्रद्धाञ्जली र जनाजामा मुस्लिम समुदायसँगै हिन्दु धर्मावलम्बी समेत हजारौंको संख्यामा सहभागी भएका थिए । असहाब आलम दुई महिनाअघि मात्र वैवाहिक बन्धनमा बाँधिएका थिए । तीन वर्षदेखि अध्ययन र रोजगारीका सिलसिलामा

बाँकी तेश्रो पृष्ठमा⇨

भ्रष्टाचारी प्रमाणित भए म आफैं जल्न तयार : पूर्वमन्त्री श्रेष्ठ

बीरगन्ज,२८ भदौ ।

जेन-जी आन्दोलनका क्रममा आफ्नै घर जलेपछि पूर्वमन्त्री तथा बारा-४ का निवर्तमान सांसद किसान श्रेष्ठले आफूलाई भ्रष्ट्राचारी प्रमाणित गर्न सक्नेहरूले सार्वजनिक गर्न चुनौती दिएका छन् ।
मंगलबार राति भएको घटनामा श्रेष्ठको सिमरा स्थित निवास, आधा दर्जन सवारीसाधन र व्यवसायमा तोडफोड तथा आगजनी गरिएको थियो । भारतको बनारसमा आफन्तसँग पितृकार्यमा रहेका श्रेष्ठ बुधबार मात्र स्वदेश फर्किएका हुन् । घर फर्किएपछि उनले पत्रकारसँग कुरा गर्दै भने, “यदि म भ्रष्ट्राचारी प्रमाणित भएँ भने म आफैं जल्न तयार छु ।” उनले जेन-जी आन्दोलन शान्तिपूर्ण भएको भए पनि त्यसमा षडयन्त्रकारी दलालहरूको घुसपैठ भएको आरोप लगाए । श्रेष्ठका अनुसार आफ्नो घर र सम्पत्तिमा क्षति पुऱ्याउनेहरूको पहिचान भइसकेको छ । “कानुनले नसके जनताले एकदिन तिनीहरूलाई कारबाही गर्नेछन्,” उनले चेतावनी दिए । आफन्तहरूले पार्किङमा राखेका गाडी समेत जलाई ध्वस्त पारिएको थियो । उनले करिब ८ करोड बराबरको सवारीसाधन र २ करोड बराबरको संरचनासहित करिब १० करोड रुपैयाँ बराबरको क्षति भएको दाबी गरे । श्रेष्ठले आन्दोलनकारीलाई प्रयोग गरेर मुलुकलाई संविधानविहीन बनाउन खोजिएको र धमिलो पानीमा माछा मार्ने खेल भइरहेको आरोपसमेत लगाए ।

नेपाल पोष्ट डेलीका लागि

प्रकाशक :- नेपाल पोष्ट मिडिया प्रा.लि.
सम्पादक :- मनोज पटेल
कार्यकारी सम्पादक :- संतोष साह
सह-सम्पादक :- सरोज पटेल
सम्पर्क कार्यालय :- वीरगन्ज महानगरपालिका पर्सा,नेपाल
मुद्रक :- कोमल प्रिन्टिङ्ग प्रेस,वीरगंज-१२,पर्सा

Email: nepalpostdaily@gmail .com
Facebook: www .facebook .com/nepalpostdaily
सम्पर्क नम्बर :- ९८४५३१८६६९,०५१-५२००४०

सम्पादकीय

शिक्षालय खोल्ने वातावरण बनाऊ

जेनेरेसन जेड (जेनजी) ले आयोजना गरेको शान्तिपूर्ण र्‍यालीमा उत्रिएका विद्यार्थीमाथि दमन गरेपछि देशभर हिंसात्मक घटना भयो । मुलुकभर निषेधाज्ञा जारी भएको छ । त्यसको असर देशभरका विद्यालयदेखि विश्वविद्यालयसम्म परेका छन् । मुलुकका सबै शिक्षालय बन्द भएका छन् । पाँच दिनदेखि देशैभरका शिक्षालय बन्द भएपछि विद्यार्थीको पठनपाठन ठप्प छ । दोस्रो त्रैमासिक परीक्षा आउनै लाग्दा पठनपाठन ठप्प भएपछि विद्यालय सञ्चालक बिलखबन्धमा छन् । पठनपाठन कहिलेबाट सञ्चालन गर्ने ? भन्ने विषयमा छलफल गरिरहेका छन् तर शिक्षालय खोल्न सक्ने वातावरण छैन । तथ्याङ्कअनुसार विद्यालयदेखि विश्वविद्यालयसम्म देशभरमा करिब ४० हजार शिक्षालय छन् । ती शिक्षालयमा करिब ८० लाख विद्यार्थी अध्ययनरत छन् । सोमबारको शान्तिपूर्ण आन्दोलनमा सरकारले दमन गर्दा ३० जनाको मृत्यु भएको छ । तीमध्ये अधिकांश प्लस टु र क्याम्पस लेभलका विद्यार्थी छन् । आन्दोलनको क्रममा १ हजार बढी घाइते भएका छन् । जेनजी-आन्दोलन थेग्न नसकेपछि मंगलबारबाट मुलुकमा सेना परिचालन भएका छन् । शुरुका दिनमा निषेधाज्ञाको कारण देश पूरै ठप्प थियो । अब अवस्था बिस्तारै सामान्यीकरण भइरहेको छ तर अझै पठनपाठन सुचारु गराउन सक्ने अवस्था भने छैन । बन्दले सबैभन्दा बढी प्रभाव विद्यार्थीमा परेको छ । शिक्षा मन्त्रालय कहिलेबाट विद्यालय खोल्ने भन्ने अन्योलमा छ । उता त्रिभुवन विश्वविद्यालयले छठसम्म बिदा दिएको छ । अन्य विश्वविद्यालय पनि बिदा दिने तयारीमा छन् ।

राष्ट्रिय परीक्षा बोर्डले २८ गतेबाट शुरु हुने कक्षा १२ को पूरक परीक्षा स्थथित गरेको अवस्था छ । गएको सोमबार त्रिविले शुरु गरेको बीबीएसको परीक्षासमेत स्थगित गरिसकेको छ । विश्वविद्यालयमा त खासै समस्या नहोला तर विद्यालय तहको पठनपाठन ठप्प हुँदा विद्यार्थीलाई मानसिक असर पर्न सक्छ । निषेधाज्ञालाई बिस्तारै खुकुलो पारेर कम समय भए पनि विद्यालय खोल्नुपर्छ । परीक्षा सञ्चालन गर्नकै लागि भए पनि विद्यालय खोल्नु उपयुक्त हुन्छ । प्याब्सन, एन प्याब्सन, हिसान, अभिभावक महासंघलगायत संघसंस्थाले विद्यालय खुला गर्न पहल गर्नुपर्ने बताएका छन् । अधिकांस विद्यालय सञ्चालकले समेत विद्यालय खोल्ने विषयमा शिक्षा मन्त्रालयले पहल गर्नुपर्ने बताएका छन् ।स्थानीय तहले आफ्नो क्षेत्रको अवस्था हरेर विद्यालय खुला गर्ने वातावरण बनाउनुपर्छ । यदि चाँडो खुला गरिएन भने नेपालीहरुको महान् चाड दशैंमा झन्डै १५ दिन विद्यालय बन्द हुन्छ ।

सुक्दै चुरे, डुब्दै गाउँघर

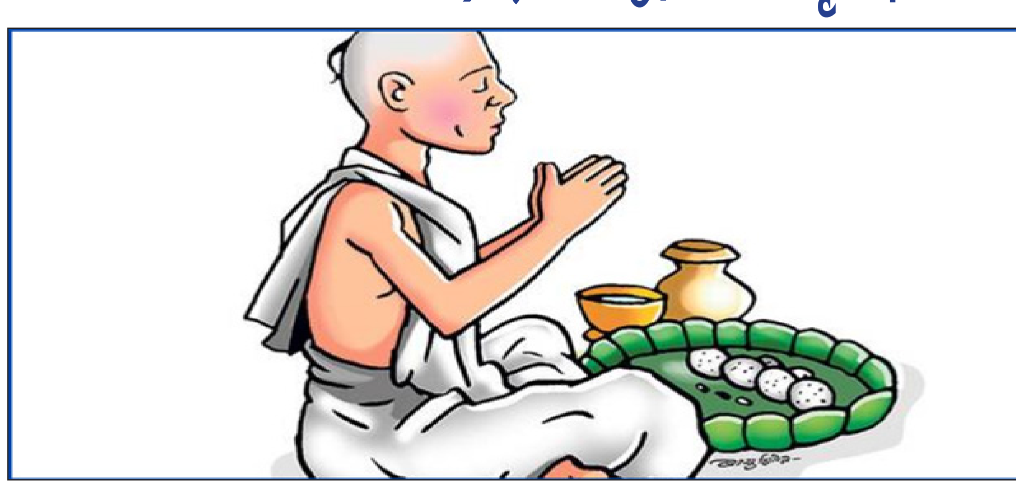
ई. हरिप्रसाद घिमिरे

नेपालको अनुपम प्राकृतिक सौन्दर्य र भौगोलिक विविधताले संसारको ध्यान आफूतिर आकर्षित गरिरहेको छ । यस विविधताको अनुपम उपहार हो– चुरे क्षेत्र । हिमालको शीतल काख र तराईको न्यानो स्पर्शबीच फैलिएको चुरे केवल एक भौगोलिक सीमारेखा होइन, लाखौं नेपालीको जीवन र जीवनशैलीसँग प्रत्यक्ष जोडिएको अमूल्य प्राकृतिक सम्पत्ति हो । यहाँका हराभरा बनजंगल, सुन्दर सिमसार र शीतल झरनाहरूले हाम्रो दैनिकीलाई उर्वर र जीवन्त बनाइरहेका छन् । चुरे संकट केवल प्राकृतिक समस्या होइन, यो हाम्रो जीवन र भविष्यसँग गाँसिएको गम्भीर विषय हो ।

तर, पछिल्लो केही दशकदेखि विकासको नाममा भइरहेका अव्यवस्थित क्रियाकलाप, विनियोजित बाटो निर्माण, जथाभावी उत्खनन र वन फडानीका कारण चुरे क्षेत्र आक्रान्त बन्दै गएको छ । चुरे क्षेत्रलाई घाउ लाग्दै जाँदा प्राकृतिक स्रोतहरू सुक्दैछन्, पोषण दिने जमिन बाँझिँदैछ र जीवन चलाउने पानी अभावमा बिलाउँदै गएको छ । विशेषतः पूर्वी नेपालको रतुवा नदी क्षेत्रले यो समस्यालाई प्रष्ट चित्रण गर्छ । पछिल्ला तीन दशकको अध्ययनले देखाएको छ कि यहाँ वन क्षेत्र घटेको छ- सिमसार झन्डै नास भएको छ र कृषियोग्य भूमि विस्तार भएको छ । यस्ता अनियन्त्रित भूमिसम्बन्धी परिवर्तनहरूले पानीको स्वाभाविक चक्रमा गहिरो प्रभाव पारेका छन् । सतही पानीको बहाव झन् तीव्र भएको छ, जमिनभित्र पानी भण्डारण हुने क्षमता कमजोर बन्दै गएको छ र बाढीका घटना अधिक बारम्बार र विनाशकारी बन्दै गएका छन् । बर्खामा उर्लिने खोला र गर्मीयाममा सुक्खा जमिन अहिले चुरे क्षेत्रका अनिवार्य कथा बनेका छन् । यसको प्रत्यक्ष असर गाउँघर र किसानको दैनिकीमा मात्र होइन, सम्पूर्ण प्राकृतिक प्रणालीको सन्तुलनमै गहिरो क्षति पुर्‍याइरहेको छ ।चुरे संकटलाई हेर्ने दृष्टिकोण केवल वन संरक्षणमा सीमित हुन सक्दैन, यो जीवन र भविष्यको गम्भीर सवाल हो । चुरेको माटोले मात्र फसल उब्जाउँदैन, यसले पानी साँचेर हाम्रो भविष्य सुरक्षित गर्दछ । यदि आजै हामीले चुरे क्षेत्रको संरक्षणमा गम्भीरता देखाएनौं भने भोलिको पुस्ताले पिउन पानी र उब्जनी जमिन दुवै गुमाउने खतरा छ । त्यसैले, आजको समय भनेको चुरेको मुहारलाई हरियालीले भरिदिने, सुक्खा खोला फेरि झरनामा परिणत गराउने र भू-जल पुनर्जीवन्त तुल्याउने ऐतिहासिक अवसर हो । चुरे बचाउँ, पानी बचाउँ, जीवन बचाउँ– किनभने चुरे हाम्रो सम्पत्ति मात्र होइन, हाम्रो अस्तित्वको मेरुदण्ड हो । **चुरे क्षेत्रको वास्तविकता** पूर्वी नेपालको रतुवा नदी बेसिन अध्ययनले सन् १९९० देखि २०२० सम्मको अवधिमा वन क्षेत्र ३५ प्रतिशतले घटेको देखाएको छ । सिमसार क्षेत्र पनि २० प्रतिशतले घटेको छ भने कृषि भूमि २५ प्रतिशतले विस्तार भएको छ । यस्तो भूमि उपयोग परिवर्तनले जल चक्रमा प्रत्यक्ष असर परेको छ । सतही बहाव ४० प्रतिशतले बढेको, भू-जल पुनर्भरण ३० प्रतिशतले घटेको र बाढीको आवृत्ति ५० प्रतिशतले बढेको तथ्यले जल संकटको चित्र स्पष्ट पार्दछ । चुरे क्षेत्र नेपालका प्रमुख नदीहरूको मुहान स्थल हो । यहाँको वन, सिमसार र माटो संरचनाले भू-जल भण्डारण तथा सतह बहाव सन्तुलनमा महत्वपूर्ण भूमिका खेल्दछ । तर, पछिल्लो दशकमा विनियोजित विकास, सडक विस्तार, अवैध उत्खनन र जंगल फँडानीका कारण चुरेको प्राकृतिक सन्तुलन धरापमा परेको छ । **जलसंकटको प्रत्यक्ष प्रभाव** चुरे क्षेत्रको अव्यवस्थित विकासले स्थानीय जल स्रोतहरू सुक्दै गएका छन् । साना खोला, इनार र कुवाको अस्तित्व संकटमा पर्न थालेको छ । गर्मीयाममा पिउने पानी पाउन कठिनाइ हुने, बर्खामा बाढी र पहिरोको समस्या बढ्ने प्रवृत्ति देखिएको छ । रतुवा नदी बेसिनको अध्ययनले कृषि उत्पादनमा प्रत्यक्ष गिरावट आएको देखाउँछ । सतही बहाव बढेर माटो कटान भइरहेको छ, सिँचाइको व्यवस्था असन्तुलित बनेको छ । बाढीको आवृत्ति र तीव्रता बढेकाले स्थानीय बासिन्दाको जीविकोपार्जन संकटमा परेको छ । **जलस्रोतको अवमूल्यन र जीवनमा परेको असर** हालैको अध्ययनले देखाएको छ कि चुरे क्षेत्रको अव्यवस्थित दोहनले जलसम्पदासँग जोडिएका प्राकृतिक सेवाहरूको महत्व करिब २५ प्रतिशतले कमी आएको छ । पहिले बाढी नियन्त्रण गर्ने हरियाली नांगो जमिनमा परिणत हुँदैछ, पानी सञ्चित गरिदिने सिमसारहरू मासिँदै गएका छन् र पानीलाई स्वाभाविक रूपमा सफा पार्ने प्रक्रियासमेत कमजोर बन्दै गएको छ । विशेषगरी सिमसार विनाशका कारण पानीको स्वाभाविक शुद्धीकरण क्षमता हराउँदै गएको छ । उता वनजंगलको कटानीले जमिनमा पानी सोसिने र जमिनभित्र पुग्ने प्राकृतिक प्रक्रिया अवरुद्ध भएर भू-जल पुनर्भरणको गति उल्लेखनीय रूपमा घटिरहेको छ । यसको प्रत्यक्ष असर गाउँघरको जीवनशैलीमा परेको छ । कृषि उत्पादनमा गिरावट आएको छ, पशुपालनमा समस्या बढेको छ र पिउने पानीसमेत

बाँकी तेश्रो पृष्ठमा

स्रोह श्राद्धमा पितृपक्ष !



पुष्पप्रसाद ढुंगाना

हिन्दु धर्मशास्त्रको मान्यतामा रहेर हेर्दा पात्रोअनुसार एक वर्षमा २४ वटा पक्ष हुन्छन् । ती २४ पक्षमध्ये आश्विन कृष्णपक्ष चाहिँ शास्त्रअनुसार पितृपक्षमा पर्छन् । सबैले बुझ्ने भाषामा भन्नु पर्दा स्रोह श्राद्ध भनिन्छ । यो स्रोह श्राद्धमा दिवगंत सम्पूर्ण पितृहरूको कल्याण, उद्धार र मोक्ष प्राप्ति होस् भनेर तर्पणसहित पिण्डदान गर्ने गरिन्छ । यसैले पार्वण श्राद्ध भनिएको हो । यो कृष्ण पक्षमा दिवगंत पितृहरूको मोक्ष प्राप्तिका लागि तर्पणसहित पिण्ड दान नगर्ने पुत्र (छोरा)हरू महापापी हुन् भनेर श्रीमद्‌भागवत महापुराणमा उल्लेख गरिएको छ । यो श्राद्धमा मुख्यतः चारजना ब्राह्मण चाहिने हुँदा ब्राह्मणको प्रतीक स्वरूप कुशको ब्राह्मण बनाएर राखिन्छ ।

श्राद्ध गर्दा दुवैपट्टि राखिने दुई-दुई ब्राह्मणलाई क्रमशः विश्वदेव (देवता) र पितृदेव (देवता) भनेर पुजिन्छ । यो श्राद्ध अन्य श्राद्धको विधि यस्तै पहिला देव, मनुस्य, दिव्यपितृ र स्वपितृहरूलाई तर्पण दिएपछि सुरु हुन्छ । पछि क्रमशः सबै ब्राह्मणलाई निमन्त्रणा गरिन्छ कि यहाँ आउनोस्, यहाँ बस्नुस् र मेरो पूजा लिनुस् भनेर निमन्त्रणा गरिसकेपछि भूस्वामीलाई अन्नदान गरिन्छ । लगत्तै चारै ब्राह्मणलाई शास्त्रीय विधिविधानपूर्वक सिदा दान गर्नुपर्छ । त्यसपछि विकट दान गरी पिण्डदानका लागि बालुवाको बेदी बनाएर त्यस वेदीमा सुगन्धित सेता, पहेँला र पारिजातका फूलहरूलगायत विभिन्न फूलले त्यो बेदीमा बालुवा नदेखिने गरी चारैतिर ढाकेर पूजा गरिन्छ । पितृलाई पिण्डदान दिनुपहिले पितृको नाम उच्चारण गरिन्छ । यो श्राद्ध गर्दा सम्भव भएसम्म घरमै बसेर गर्नु उत्तम हुन्छ । यदि घर नभएको अवस्थामा पवित्र तीर्थस्थल वा गंगाको तीरमा गएर गर्न उत्तम हुन्छ । श्राद्ध गर्दा शुद्ध मन्त्र उच्चारण गर्नुपर्छ । पितृहरूलाई मन्त्रको शुद्ध वाक्य चाहिँ अवश्य नै चाहिन्छ । पितृलाई भक्ति र देवतालाई भावद्वारा खुसी पार्न सकिन्छ भनेर शास्त्रहरूमा पनि बताइएको छ । आफ्ना पितृहरूको जुन तिथि हो त्यही तिथि हेरेर त्यो तिथिमा श्राद्ध गर्नुपर्छ । यर्सथ देवत्व प्राप्त गरेका पितृहरूले सन्ततिबाट आशा गरेर बसेका हुन्छन् । हिन्दुहरूको महान् पर्व दसैं र तिहार मनाउनुभन्दा पहिला आआफ्ना पितृहरूलाई निकै भक्तिभाव आदर श्रद्धापूर्वक सम्झना गरी पितृहरू बोलाई यथाशक्य तर्पण पिण्डदान गरी सम्झना गर्नाले आफ्नो र सन्ततिको कल्याण हुन्छ भनी शास्त्रमा बताइएको छ । त्यही भएर परापूर्वकालदेखि नै यो संस्कार चलिआएको छ । पितृपक्षमा बाबु (बुवा) जुन तिथि हो । त्यही तिथिमा अनिवार्य रूपमा श्राद्ध गर्नुपर्छ । श्राद्ध गर्नुभन्दा अघिल्लो दिनलाई हविसे (एक छाकी/एक भक्ति) भन्ने गरिन्छ । त्यो दिन श्राद्ध गर्ने छोराले कपाल मुण्डन गर्ने, हातगोडाको नङ काट्ने जलाशयमा गई स्नान गरी एकभक्त रही शुद्ध चित्त गर्ने साथै ब्रह्माचार्य आदिको नियम पालना गर्नुपर्छ । एक छाकी भनेको एक छाक मात्र खाने हो, त्यो पनि अपराह्नपछि मात्र शुद्ध भोजन गर्नुपर्ने नियम रहेको छ । श्राद्धको दिन आफ्नो पुरोहित ब्राह्मणलाई निमन्त्रणा गरी श्राद्ध गरिसकेपछि ब्राह्मण आफ्ना बन्धुबान्धव, दाजुभाइ, छोरीज्वाइँ, नातिनातिना, भान्जाभान्जीलगायत सबैलाई टीका लगाई दानदक्षिणा गरी खाना खुवाएर मात्र बिदा गर्नुपर्छ । श्राद्धको दिन विशेष याद गर्नुपर्ने कुरा छोरीको छोरो (नाति) तोरीको साग र अदुवाको अचार चाहिँ छुटाउन हुन्न । शास्त्रअनुसार यसो गर्दा पितृहरू खुसी भएर आफ्ना सन्ततिलाई आशीर्वाद दिई पितृहरू पितृलोकमा गएर बस्नु हुन्छ भनी बताइएको छ । भक्तिभावपूर्वक पितृहरूको पितृकार्य गर्दा पितृ तथा कर्ता दुवैको कल्याण हुन्छ ।

श्राद्धमा तीन वस्तुलाई पवित्र मानिन्छ । दिनको आठौं भाग छोरीको छोरा नाति र कालो तिल श्राद्धकालमा भागवत गीता पितृसुक्त पितृसंहिता रुद्रसुक्त ऐन्द्र आदि पाठ गर्नु बुद्धि, मन र कर्म शुद्धिका लागि अत्यन्त फलदायी छ । श्राद्धको दिनमा घरमा मोही पार्नु हुन्न । उक्त दिन भन्टा, गाँजर, मुसुरोको दाल, रहर, लौका, लसुन, प्याज, कोदो, फापर, चनाको प्रयोग निषेध गरिएको छ । पितृ पक्षमा कुनै पनि मांगलिक तथा शुभकार्य गर्न वर्जित छ । यो समयमा घरमा रंगरोगन गर्न, इनार खन्न, नयाँ कपडा किन्न पनि वर्जित गरिएको छ । त्यसैगरी, तैतिरिय संहितामा बताइएअनुसार सृष्टिको प्रारम्भमा पूर्व, पश्चिम र उत्तर दिशा क्रमशः देवता मनुष्य र रुद्रदेवलाई प्रदान गरिएको थियो । अनि दक्षिण दिशा पितृहरूको भागमा पर्‍यो । त्यस कारण पितृहरूको श्राद्ध र पुजादी गर्दा सदैव दक्षिण दिशातर्फ फर्कि गर्नुपर्छ । श्राद्धमा चढाउने रातो रंगको फूल हुनुहुँदैन । यो रंगलाई निषेध गरिएको छ । परिजातको फूल, तुलसी, मञ्जरी, टक्करको पात, फूलहरू प्रयोग गर्नुपर्ने हुन्छ । यस प्रकार सम्पूर्ण चराचर जगत् जहाँ पनि आफ्ना पितृहरू रहेका हुन सक्छन् भन्ने धारणा राखी पितृलाई रसद (पानी) पुर्‍याउने तिथि नै श्राद्ध

बाँकी तेश्रो पृष्ठमा

अन्तर्राष्ट्रिय समाचार

पाकिस्तानको दक्षिण वजिरिस्तानमा तालिवानको आक्रमण, १२ जनाको मृत्यु

काठमाडौं,२८ भदौ ।

पाकिस्तानको उत्तरपश्चिमी क्षेत्रमा रहेको दक्षिण वजिरिस्तान जिल्लामा शनिबार बिहान करिब ४ बजे पाकिस्तानी तालिबान समूहद्वारा गरिएको आक्रमणमा कम्तीमा १२ सुरक्षाकर्मीको ज्यान गएको छ । स्थानीय सरकारी अधिकारीका अनुसार सैनिकहरूको एक गस्ती दल गुडिरहेको बेलामा दुवैपट्टिबाट भारी हतियारसहित आक्रमण गरिएको थियो । आक्रमणमा १२ सुरक्षाकर्मी मारिएका र अन्य ४ घाइते भएका छन् । घटनास्थलमा तैनाथ अर्का एक सुरक्षाकर्मीले पनि मृत्युको सङ्ख्या पुष्टि गरेका छन् र आक्रमणकारीहरूले सुरक्षाकर्मीहरूको हतियार पनि कब्जामा लिएको जानकारी दिएका छन् । पाकिस्तानी तालिबान, जसलाई तहरीक-ए-तालिबान पाकिस्तान भनिन्छ, यो समूह अफगान तालिबानबाट पृथक् भए पनि घनिष्ठ सम्बन्ध रहेको मानिन्छ । उक्त आक्रमणको जिम्मेवारी सोही समूहले सामाजिक सञ्जालमार्फत लिएको छ । यो आक्रमण पछिल्ला महिनाहरूमा खैबर पख्तुनख्वा प्रान्तमा भएको सबैभन्दा घातक घटनामध्ये एक हो । सो क्षेत्र केही वर्ष अघिसम्म तहरीक-ए-तालिबानको प्रभावमा थियो, जसलाई सन् २०१४ देखि सुरु भएको सैनिक कारबाहीपछि पछि धकेलिएको थियो । पाकिस्तानी सरकारले अफगानिस्तानमाथि आतंककारीहरूलाई आफ्नो भूमिबाट पाकिस्तानमाथि आक्रमण गर्न दिएको आरोप लगाउँदै आएको छ, जुन आरोपलाई काबुलस्थित अफगान सरकारले अस्वीकार गर्दै आएको छ ।

खैबर पख्तुनख्वा प्रान्तका विभिन्न जिल्लाहरूमा स्थानीयहरूले तहरीक-ए-तालिबानको नाम लेखिएको पर्खाल लेखोटहरू देखिएको बताएका छन् । उनीहरू पुनः सोही समूहको त्रासद शासन फर्कने डर व्यक्त गर्छन्, जुन अमेरिकी 'आतङ्कविरुद्धको युद्ध'को समयमा अफगानिस्तानबाट फैलिएको थियो । एक वरिष्ठ स्थानीय अधिकारीका अनुसार पछिल्लो समय तहरीक-ए-तालिबानका लडाकुहरूको सङ्ख्या र आक्रमणहरूको सङ्ख्या दुवै बढेको छ । सन् २०२५ को जनवरी १ देखि हालसम्म करिब ४६० जनाको ज्यान गइसकेको छ, जसमा धेरैजसो सुरक्षाकर्मीहरू रहेका छन् । यी आक्रमणहरू खैबर पख्तुनख्वा र बलुचिस्तान प्रान्तमा भएका हुन् । सन् २०२४ पाकिस्तानका लागि झन्डै एक दशक यताकै सबैभन्दा रक्तपातपूर्ण वर्ष बनेको थियो, जसमा एक हजार ६०० भन्दा बढी मानिसको मृत्यु भएको थियो, तीमध्ये करिब आधा सुरक्षाकर्मी र प्रहरी थिए, जसको विवरण इस्लामाबादस्थित अनुसन्धान संस्था 'सुरक्षा अध्ययन तथा अनुसन्धान केन्द्र'ले दिएको हो ।

भारतीय प्रधानमन्त्री मोदीद्वारा प्रधानमन्त्री कार्कीलाई बधाई

काठमाडौं,२८ भदौ ।

भारतीय प्रधानमन्त्री नरेन्द्र मोदीले नेपालकी नवनियुक्त प्रधानमन्त्री सुशीला कार्कीलाई बधाई तथा शुभकामना दिएका छन् । कार्कीले शुक्रबार राति अन्तरिम सरकारको प्रधानमन्त्रीको रूपमा शपथ लिएको केही घण्टापछि मोदीको शुभकामना सन्देश सार्वजनिक भएको हो । प्रधानमन्त्री मोदीले शनिबार बिहान सामाजिक सञ्जालमार्फत कार्कीलाई बधाई दिँदै लेखेका छन्, "नेपालको अन्तरिम सरकारको प्रधानमन्त्रीको रूपमा पदभार ग्रहण गर्नुभएकोमा सम्माननीय सुशीला कार्कीज्यूलाई हार्दिक शुभकामना । नेपालका दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीहरूको शान्ति, प्रगति र समृद्धिप्रति भारत पूर्ण रूपमा प्रतिबद्ध छ ।" मोदीको सन्देशमा नेपालप्रति भारतको समर्थन दोहोऱ्याइएको छ, र दुई देशबीचको सद्भाव र सहकार्यप्रति भारतको निरन्तर समर्थन रहने स्पष्ट संकेत गरिएको छ । प्रधानमन्त्री सुशीला कार्की नेपालको इतिहासमा अन्तरिम सरकारको नेतृत्व सम्हाल्ने पहिली महिला बनेकी छिन् । उनको नियुक्ति पछिल्लो राजनीतिक परिवर्तन र जेन-जी आन्दोलनको मागअनुसार भएको हो ।

नेपालको उदाहरण दिंदै आदित्यनाथले भने- साना साना कुरा पनि समयमै गर्नुपर्छ

काठमाडौं,२८ भदौ ।

भारतको उत्तर प्रदेशका मुख्यमन्त्री योगी आदित्यनाथले जनताका साना-साना समस्या पनि समयमै समाधान गर्नुपर्नेमा जोड दिएका छन् । नेपालमा भएको जेन-जी आन्दोलनको उदाहरण दिँदै शनिबार आदित्यनाथले साना कुरा बेवास्ता गरे ठूला समस्यामा परिणत हुने बताएका हुन् । समाचार संस्था पीटीआईका अनुसार उनले जनताका समस्यलाई संवेदनशील ढंगले समाधान गर्नुपर्ने बताए । 'साना कुरा बेवास्ता गरिएमा ठूला समस्यामा परिणत हुने गरेको छ । छिमेकी मुलुकमा देखिएको अवस्थाले यसलाई प्रष्ट पारेको छ' उनले भने, 'त्यसैले समस्यालाई संवेदनशीलतापूर्वक र सक्रिय ढंगले सम्बोधन गर्नुपर्छ ।' आदित्यनाथले जनप्रतिनिधिहरूले पनि कहिलेकाहीँ जनताको आक्रोश सहनुपर्ने भएकाले धैर्यपूर्वक उनीहरूको गुनासो सुन्ने र विवेकपूर्ण रूपमा समाधान गर्ने जिम्मेवारी लिनुपर्नेमा जोड दिए ।

सुक्दै चुरे......................

पर्याप्त मात्रामा उपलब्ध हुन छाडेको छ । चुरेको असन्तुलित दोहनका कारण पानीको शुद्धता, उपलब्धता र नियन्त्रण क्षमता तीनै तहमा संकट देखिएको छ । यस्तो अवस्थामा जलस्रोतको संरक्षण नगरी दिगो जीवनशैलीको परिकल्पना असम्भव देखिन्छ । **अन्तर्राष्ट्रिय सन्दर्भमा चुरे क्षेत्र** अन्तर्राष्ट्रिय दृष्टिकोणबाट हेर्दा, चुरे क्षेत्रजस्ता पहाडी र मध्यपहाडी भूभागहरू विश्वका धेरै मुलुकमा प्राकृतिक सन्तुलनको मेरुदण्डका रूपमा चिनिन्छन् । विभिन्न देशहरूका अध्ययनहरूले स्पष्ट देखाएका छन् कि विनियोजनविहीन वन फँडानी, अव्यवस्थित भूमिको उपयोग र जलस्रोतको दोहनले यस्ता क्षेत्रहरूमा केवल पानीको संकट मात्र होइन, प्रकोपको जोखिम र सामाजिक-आर्थिक समस्याहरू समेत दिनप्रतिदिन बढाइरहेका छन् । नेपालको चुरे क्षेत्र पनि यसै वैश्विक चुनौतीसँग जोडिएको छ, जहाँ बेलगाम विकास र भूमिको अनुशासनहीन प्रयोगका कारण पानी शुद्धीकरण, भू-जल पुनर्भरण र बाढी नियन्त्रणजस्ता अमूल्य प्राकृतिक सेवाहरू तीव्र रूपमा घट्दै गइरहेका छन् । विश्वका धेरै देशले यस्ता संकट समाधानका लागि हरियाली पुनर्स्थापना, सिमसारको जगेर्ना, एकीकृत जलाधार व्यवस्थापन र सामुदायिक सहभागितामा आधारित उपायहरू अपनाइरहेका छन्, साभार अन्नपूर्ण पोस्ट ।

स्रोह श्राद्धमा......................

हो । यस पितृ कार्य गरिदिएको पिण्ड तर्पण उहाँहरूको भोजनमा परिणत भई पितृहरूले पाउँछन् भन्ने शास्त्रीय मान्यता रहिआएको हुँदा यस अवसरमा विभिन्न ठाउँमा भौतारिरहेका पितृहरूलाई आआफ्नो ठाउँमा गई पिण्ड तपर्ण रसद (जल) ग्रहण गर भनी यमराजले छुट्टीसमेत दिन्छन् भन्ने मान्यता रहेको छ । श्राद्धको दिन गीता शास्त्र पढ्यो भने पितृहरू खुसी हुने कुरा गीता महात्मामा उल्लेख गरिएको छ । श्राद्धको समयमा तिल, कुश, गंगा जल, मह, गाईको घिउ, छोरीको छोरा (नाति)को उपस्थिति महत्त्वपूर्ण मानिन्छ । तिल, कुश आदि देखेपछि असुरदानवी प्रवृत्तिहरूको उपस्थिति हुन सक्दैन भन्ने मान्यता रहिआएको छ । नियम पालना गरी विधिवत् नियम र निष्ठाका साथ पितृ कर्म गरेमा पितृहरूको सदाशय र आशीर्वादले सधैंभरि फल प्राप्त गर्न सकिन्छ भन्ने कुरा शास्त्रहरूमा बताइएको छ । पितृदेवो: भव: । साभार अन्नपूर्ण पोस्ट ।

सप्तरीमा दुई............

संक्रमित हालै भारतको बाबाधाम यात्राबाट फर्किएको पाइएको छ । जिल्ला प्रशासन कार्यालयका प्रमुख जिल्ला अधिकारी (सिडिओ) टुवराज पोखरेलले अहिलेसम्म जिल्लामा दुई जनामात्रै हैजा संक्रमित भेटिएको र संक्रमित क्षेत्रलाई लक्षित गरेर स्वास्थ्यकर्मी खटाइएको बताए ।

जेनजी आन्दोलनमा.....

काठमाडौं बस्दै आएका आलम जेनजी आन्दोलनको दिन पठाओ राइडमार्फत यात्रु लैजाँदै गर्दा गोली लागी मृत्यु भएको उनका आफन्तले बताएका छन् । वीरगन्जको ग्लोबल बिजनेस कलेजबाट व्यवस्थापन संकायमा कक्षा १२ उत्तीर्ण गरेका आलम उच्च शिक्षा अध्ययनका लागि काठमाडौं गएका थिए । त्यहाँ उनले रोजगारीका लागि पठाओ राइडरको कामसमेत गर्दै आएका थिए ।

कलैया उपमहानगरपालिकाका विद्यालय भोलिदेखि सञ्चालनमा

बीरगन्ज,२८ भदौ ।

केही दिनदेखि स्थगित रहेका कलैया उपमहानगरपालिकाका सबै सेवा र शैक्षिक संस्था भोलि आइतबारदेखि सञ्चालनमा आउने भएका छन् । उपमहानगरपालिकाले आज सार्वजनिक सूचना जारी गर्दै २९ भदौदेखि नियमित कार्यालय सेवा र विद्यालयहरूमा पठनपाठन सुरु हुने जानकारी दिएको हो । प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत नाथु साहका अनुसार हालसम्मको संवेदनशील परिस्थितिका कारण सेवा प्रवाहमा अवरोध आएको थियो । "अवस्था सामान्य बन्दै गएको हुँदा सेवा र विद्यालयलाई पुनः सञ्चालनमा ल्याउने निर्णय गरिएको हो," उहाँले भन्नुभयो । उपमहानगरपालिकाले नगरवासीलाई आवश्यक सेवा लिन र अभिभावकहरूलाई आफ्ना बालबालिकालाई विद्यालय पठाउन आग्रह गरेको छ । साथै शान्ति, सुरक्षा र संयमतासहित सहकार्य गर्न पनि अनुरोध गरिएको छ । यस निर्णयसँगै कलैया क्षेत्रका विद्यालयमा पठनपाठन पुनः सुरु हुने ।

स्वास्थ्य

महिनावारी हुने र सुक्ने समयमा किन परिवर्तन आउँदैछ ?

विगतमा किशोरावस्थामा पुगेपछि किशोरीमा महिनावारी सुरु हुन्थ्यो । तर अहिले यो उमेर घटेर ९-१० वर्षमा झरेको छ । अर्थात् उमेर नपुग्दै बालिकामा महिनावारी चक्र सुरु भएको छ । पछिल्लो समय महिनावारी हुने उमेर घट्नुका साथै रजोनिवृत्ति हुने उमेर पनि घटेको छ । धेरै महिलाको पहिलो महिनावारी उसको पारिवारिक पृष्ठभूमिको आधारमा पनि निर्धारण हुने गर्छ । आमा तथा हजुरआमाको पहिलो महिनावारी कुन उमेरमा भएको हो, त्यसको आधारमा पनि ती घरकी महिलाको महिनावारी मापन गर्न सकिन्छ, जुन आनुवंशिक कारणमध्येमा पर्ने स्त्री तथा प्रसूतिरोग विशेषज्ञ डा. जागृति खनाल बताउँछिन् । 'पछिल्लो समय महिनावारी हुने उमेर धेरैमा घट्दो छ, त्यसको एउटा कारण बदल्दो जीवनशैली हो । पहिलेका बालिका शारीरिक रुपमा सक्रिय हुन्थे, त्यसैले पनि उनीहरूको महिनावारी हुने अलि ढिलो हुने गर्थ्यो' डा. खनाल भन्छिन्, 'अहिले जीवनशैली एकदमै निष्क्रिय भएको छ । पछिल्लो समय मोटोपनको कारण पनि महिनावारीको समस्या बढ्दै गएको छ ।' अहिलेका बालबालिका पढाइ लगायत विभिन्न तनावमा पनि हुन्छन् । साथै थाइराइडको डिसअर्डर र जलवायु परिवर्तनले गर्दा पनि यस्तो समस्या देखिएको खनाल बताउँछिन् । नयाँ अनुसन्धानले संयुक्त राज्य अमेरिकामा किशोरीहरूमा कम उमेरमै महिनावारी सुरु हुन थालेको देखाएको छ । दूषित वायुलाई त्यसका लागि जिम्मेवार ठानिएको छ । **छिटो महिनावारी सुक्ने कारण** ४० वर्षमुनिका महिलामा महिनावारी सुक्नुलाई छिटो रजोनिवृत्ति भनिन्छ । रजोनिवृत्ति सामान्यतया ४५ देखि ५० वर्षको उमेरमा सुरु हुन्छ । तर कतिपय महिलामा चाँडै अर्थात् ४० देखि ४५ वा ४० भन्दा अघि पनि रजोनिवृत्ति सुरु हुन्छ । चाँडै रजोनिवृत्तिको कारण धेरै हुने डा. खनाल बताउँछिन् । प्रकृतिले महिलालाई जन्मिने बित्तिकै निश्चित अण्डा दिएको हुन्छ । उमेर बढ्दै गएपछि महिनावारी चक्रपिच्छे अण्डा खर्चिंदै जान्छ र अण्डा सकिएपछि रजोनिवृत्ति हुन्छ ।

'जस्तो १२ वर्षको उमेरभन्दा पहिले नै महिनावारी हुने महिलाहरूमा महिनावारी सुक्ने सम्भावना ४० देखि ४४ वर्षको उमेरबीच हुने गरेको पाइन्छ ।' यदि आमाको चाँडै रजोनिवृत्ति भयो भने छोरीलाई पनि चाँडै रजोनिवृत्ति हुन्छ । यस बाहेक त्यहाँ केही अटोइम्युन अवस्था वा अटो इम्युन सिनड्रोम छन्, जुन महिलामा बढी सामान्य हुन्छन् जसको कारणले गर्दा समयभन्दा पहिले नै महिनावारी रोकिने खनालले बताइन् ।'यदि पाठेघर सानै उमेरमा हटाइन्छ वा क्यान्सरको उपचार गराइरहेको छ र केमोथेरापी गराइरहेका छन् भने पनि महिनावारी समयभन्दा पहिले नै बन्द हुनसक्छ । प्रि-मेनोपजको अर्को कारण धुम्रपान पनि हो । धुम्रपान गर्ने धेरै महिलामा पनि रजोनिवृत्ति चाँडै हुन्छ,' उनी भन्छिन् । महिनावारी सुक्ने बेलामा धेरै महिलामा विभिन्न स्वास्थ्य समस्या देखा पर्छन् ।

गरिब तथा वातावरणिय कृषि विकास -दिगो विकासको आधार
महागढीमाई नगरपालिकाको कार्यालय
बरियारपुर, बारा

दैवी प्रकोपबाट बच्न सतर्कता अपनाऔं ।
कालिकामाई गाँउपालिकाको कार्यालय, पर्सा

वातावरण हामी सबैको साझा सम्पत्ति हो ।
फेटा गाँउपालिकाको कार्यालय, फेटा, बारा

निर्धारित मापदण्डको पाल्ना गरौं, नक्सा पास गरी निमार्ण कार्य गरौं ।
परवानीपुर गाँउपालिकाको कार्यालय,परवानीपुर, बारा

सडक किनारमा गाइ,वस्तुको साथै घर पालुवा जानवर नबाधौं,नाद,खुटा आदी नराखौं ।
करैयामाई गाउँपालिकाकोकार्यालय
करैया, बारा

जन्म दर्ता,मृत्यु दर्ता,विवाह दर्ता,सम्बन्ध बिच्छेद एवम बसाई सराई जस्ता व्यक्तिगत घटना समयमै दर्ता गराऔं ।
पटेर्वा सुगौली गाउँपालिकाको कार्यालय
पटेर्वा सुगौली, पर्सा

अन्तरिम सरकार बनेपछि मुख्यमन्त्री सिंहको यू-टर्न : राजीनामा दिएको छैन

जनकपुर, २८ भदौ ।

मधेश प्रदेशका मुख्यमन्त्री सतिशकुमार सिंहले भदौ २४ गते जेनजी आन्दोलन चर्किंदा फेसबुकमार्फत राजीनामा घोषणा गरेका थिए । तर अन्तरिम सरकार गठन भएपछि उनले आफ्नो अघिल्लो भनाइ फेरेका छन् । सिंहले शुक्रबार पत्रकारसँग भने, "त्यो दिन विषम परिस्थितिमा जनधनको क्षति नहोस् भनेर राजीनामा दिन तयार भएको थिएँ । तर प्रदेश प्रमुख नै नभएकाले औपचारिक रुपमा बुझाउन सकिनँ ।" उनले आफ्नो फेसबुक स्टाटसलाई परिस्थितिजन्य भनाइ मात्र भएको जिकिर गरे । तर सो दिन सिंहले फेसबुकमा स्पष्ट शब्दमा, "म मधेश प्रदेशको मुख्यमन्त्री पदबाट राजीनामा गर्दछु" भन्ने वाक्य लेखेका थिए । यसबारे प्रश्न गर्दा उनले जवाफ दिए, "मान्नलाई मेरो मात्र नैतिकता त होइन नि, सबैले मान्नु पर्छ ।" यद्यपि संवैधानिक व्यवस्थाअनुसार मुख्यमन्त्रीको राजीनामा प्रदेश प्रमुखलाई लिखित रुपमा बुझाउनुपर्ने हुन्छ । मधेश प्रदेश प्रमुख कार्यालयका सचिव शत्रुधन यादवका अनुसार अहिलेसम्म सिंहको राजीनामा पत्र कार्यालयमा प्राप्त भएको छैन । जनमत पार्टीका अध्यक्ष डा. सिके राउतले सिंहलाई राजीनामा गर्न निर्देशन दिएपछि उनले फेसबुकमार्फत वक्तव्य जारी गरेका थिए । तर चार दिनमै उनले 'सिस्टम चेन्जलाई स्वागत गर्छु तर नेतामात्र बदल्ने खेलमा सहभागी छैन' भन्दै अघिल्लो घोषणा दोहोऱ्याएनन् । सिंह २५ जेठ २०८१ मा नेकपा एमालेसहित सात दलको समर्थनमा मुख्यमन्त्री बनेका थिए । पछि माओवादीसहितका दल बाहिरिए पनि नेपाली कांग्रेसले उनको सरकारलाई निरन्तर समर्थन दिँदै आएको छ ।

पूर्वप्रधानमन्त्री ओलीविरुद्ध कर्तव्यज्यान मुद्दा दर्ता

काठमाडौं, २८ भदौ ।

जेनजी पुस्ताका युवाहरूको शान्तिपूर्ण प्रदर्शनमा गोली चलाउने आदेश दिएको आरोपमा निवर्तमान प्रधानमन्त्री केपी शर्मा ओलीविरुद्ध कर्तव्यज्यान मुद्दा दर्ता भएको छ ।

पूर्वप्रतिनिधिसभा सदस्य तथा नेपाली कांग्रेस सांसद अभिषेक प्रताप शाहले कपिलवस्तुका प्रमुख जिल्ला अधिकारी दिलकुमार तामाङमार्फत महानगरीय प्रहरी वृत्त नयाँ बानेश्वरमा जाहेरी दिएका हुन् । जाहेरीमा गोली चलाउने आदेश आफैं ओलीले दिएको दाबी गरिएको छ । घटनामा १७ देखि ४५ वर्ष उमेर समूहका एक दर्जनभन्दा बढी युवाको मृत्यु भएको र धेरैजना गम्भीर घाइते भएको उल्लेख गरिएको छ । मृत्यु भएका मध्ये सुलभ राज श्रेष्ठ, यम चौलागाईं, बुद्धि तामाङ, मिसल सारु मगर, पारुहाङ उतमल राई, योगेन्द्र न्यौपाने, विनोद महर्जन, दिल नारायण तामाङ, प्रविन कुलुङ, उमेश महत, निता गौतम, शौरभ किशोर श्रेष्ठ, सुवास बोहोरा र निरज पन्तलगायतको नाम जाहेरीमा समावेश गरिएको छ । जाहेरीमा ओलीमाथि जघन्य अपराधको अभियोग लगाउँदै घटनाबारे निष्पक्ष र गहिरो अनुसन्धान गरी प्रमाणसहित कानुनी कारबाही गर्न माग गरिएको छ। साथै शव परीक्षण रिपोर्ट र घटनास्थलका मुचुल्काहरूलाई प्रमाणका रूपमा पेश गर्नुपर्ने माग पनि गरिएको छ । प्रमुख जिल्ला अधिकारी तामाङले प्राप्त जाहेरीलाई आवश्यक कानुनी प्रक्रिया अनुसार सम्बन्धित निकायमा पठाइने जानकारी दिएका छन् ।

८ दलको संयुक्त विज्ञप्ति: संसद विघटन फिर्ता लिन माग

काठमाडौं, २८ भदौ ।

नेपाली कांग्रेस, एमाले, माओवादी केन्द्र, एकीकृत समाजवादी, लोकतान्त्रिक समाजवादी पार्टी, जनता समाजवादी पार्टी, नागरिक उन्मुक्ति पार्टी र जनमत पार्टीका संसदीय दलका प्रमुख सचेतकहरूले संयुक्त रूपमा संसद विघटनको विरोध गर्दै तत्काल निर्णय फिर्ता लिन माग गरेका छन् । शनिबार जारी विज्ञप्तिमा उनीहरूले प्रतिनिधि सभा विघटन असंवैधानिक भएको दाबी गरेका छन् । विज्ञप्तिमा भनिएको छ, "भदौ २७ गते राति राष्ट्रपति कार्यालयबाट जारी भएको संसद् विघटन सूचना नेपालको संविधान, सर्वोच्च अदालतको नजीर र संवैधानिक परम्पराविपरीत छ । जननिर्वाचित संस्थामाथि गरिएको यो कदम लोकतान्त्रिक मूल्य-मान्यता र संवैधानिक सर्वोच्चतालाई कमजोर पार्ने कार्य हो ।" उनीहरूले संविधान र कानूनी व्यवस्थाले समस्या समाधान गर्ने अटल विश्वास व्यक्त गर्दै प्रतिनिधि सभा विघटनको निर्णय फिर्ता लिई संसदको बैठक तुरुन्त बोलाउनुपर्ने जोड दिएका छन् । साथै, नेपाली जनताको लामो संघर्ष र बलिदानीबाट स्थापित संघीय लोकतान्त्रिक गणतान्त्रिक संविधानलाई कमजोर पार्ने कुनै पनि कदम स्वीकार्य नहुने पनि स्पष्ट गरेका छन् । विज्ञप्तिमा कांग्रेस संसदीय दलका प्रमुख सचेतक श्यामकुमार घिमिरे, एमालेका हितराज पाण्डे, माओवादी केन्द्रका बिरेन्द्र प्रसाद महतो, एकीकृत समाजवादीका मेटमणी चौधरी, लोकतान्त्रिक समाजवादी पार्टीका रामप्रकाश चौधरी, जनता समाजवादी पार्टीका प्रतिनिधि, नागरिक उन्मुक्ति पार्टीकी अध्यक्ष रन्जिता श्रेष्ठ र जनमत पार्टीकी प्रमुख सचेतक अनिता देवीको हस्ताक्षर रहेको छ । ८ दलले भदौ २३ र २४ गतेको जेनजी आन्दोलनमा ज्यान गुमाएकाप्रति श्रद्धाञ्जली व्यक्त गर्दै घाइतेहरूको शीघ्र स्वास्थ्यलाभको कामना गरेका छन् । साथै आन्दोलनका क्रममा भएको जनधनको क्षतिको छानबिन गरी दोषीलाई कानूनी दायरामा ल्याउन पनि माग गरिएको छ ।

सीमान्तकृत समुदायलाई न्याय दिने अपेक्षासहित यादवले कार्कीलाई बधाई

काठमाडौं, २८ भदौ ।

प्रथम महिला प्रधानमन्त्रीका रुपमा श्रीमती सुशीला कार्की नियुक्त भएकामा जनता समाजवादी पार्टी नेपालका अध्यक्ष उपेन्द्र यादवले हार्दिक बधाई ज्ञापन गर्दै सफल कार्यकालको कामना गरेका छन् । शनिबार सामाजिक सन्जाल फेसबुकमार्फत उनले एक शुभकामना सन्देश जारी गर्दै प्रधानमन्त्री कार्कीको नेतृत्वमा सङ्घीयता, लोकतन्त्र र गणतन्त्रका उपलब्धिको रक्षा गर्दै विधिको शासन स्थापित हुने विश्वास व्यक्त गरेका छन् । साथै नेता यादवले आर्थिक, सामाजिक र राजनीतिक रूपमा सीमान्तकृत समूदायले न्याय पाउने विश्वास व्यक्त गरेका छन् । 'मुलुकको विषम् परिस्थिमा आवश्यकताको सिद्धान्तका आधारमा राष्ट्रपतीद्वारा प्रधानमन्त्री नियुक्त हुनु भाएकोमा सम्माननीय प्रधानमन्त्री सुशीला कार्कीज्यूलाई हार्दिक बधाई तथा कार्यकाल सफलताको लागि शुभकामना दिन चाहन्छु। सङघीयता, लोकतन्त्र, गणतन्त्र लगायत उप्लब्धिहरुको रक्षाका साथै संविधान र संविधानवादको सिद्धान्त र विधीको शासन स्थापित गर्न यहाँको अत्यन्त महत्वपूर्ण जिम्मेवरी रहेको छ ।

आर्थिक, सामाजिक र राजनीतिक रुपमा बहिष्करणमा पारिएका वा परेका सीमान्तकृत समुदायहरूले अब न्याय पाउन सक्नेछ भन्ने आशा गर्दछु। मुलुकमा कायम रहेको अराजकता, भ्रष्टाचार र अव्यवस्था जस्ता बिकृतीलाई अन्त्य गरी सुशासन कायम गर्न एवम निर्धारित समयमा निर्वाचन गराउने कार्यमा सदैव सहयोग, समर्थन र साथ रहने नै छ', उनले भने ।

नखु कारागार फर्किए रवि लामिछाने

काठमाडौं, २८ भदौ ।

राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टी (रास्वपा) का सभापति रवि लामिछाने कारागार फर्किएका छन् । सहकारी ठगी मुद्दामा पूर्पक्षका लागि थुनामा रहेका लामिछाने भदौ २४ गते जेनजी प्रदर्शनका क्रममा सुरक्षाको कारण देखाउँदै नख्खु कारागारबाट बाहिर निस्किएका थिए । अदालतको आदेशबिनै परिस्थितिको फाइदा उठाउँदै बाहिर निस्किएको भन्दै लामिछानेको आलोचना भएको थियो । सामाजिक सञ्जालमा शनिबार एक भिडियो सन्देश जारी गर्दै लामिछानेले आफू आफ्नो जन्मदिनको सन्दर्भ पारेर कारागार फर्किन लागेको बताएका थिए ।

'पछिल्लो सरकारले म माथि चरम राजनीतिक प्रतिशोध साँधेर मेरो जिना हराम गरेको थियो । आज यस देशको नेतृत्वमा न्यायकी प्रतिमूर्ति स्वयं प्रधानमन्त्री बन्नुभएको छ । अब चाहिँ अन्याय हुन्न भन्ने आशा सहित म कारागार जाँदैछु,' लामिछानेले भनेका छन् ।

शनिबार लामिछाने नख्खु कारागार फर्कि सकेको ललितपुर प्रहरी प्रवक्ता चक्रराज जोशीले अनलाइनखबरलाई जानकारी दिए । लामिछानेले आफू प्रक्रिया पूरा गरेर निस्किएको दावी गर्दै कारागार प्रशासक सत्यराज जोशीद्वारा हस्ताक्षरित रिहाइ पत्र सार्वजनिक गरेका थिए ।

तर, नख्खु कारागार प्रशासनले लामिछानेले सार्वजनिक गरेको उक्त पत्र फर्जी भन्दै उनीसहित भागेका सबै कैदीबन्दीलाई तत्काल फर्किन भनेको थियो ।

नेतृत्व मात्र बदलेर समाधान हुँदैन : प्रभु साह

काठमाडौं, २८ भदौ ।

आम जनता पार्टी (आजपा) का अध्यक्ष प्रभु साहले जेन-जी आन्दोलनको मागलाई बेवास्ता गर्दै केवल सरकारको नेतृत्व मात्र परिवर्तन गर्नु नेपाली जनताको ताजा जनादेशप्रति धोका भएको बताएका छन् ।शुक्रबार जारी विज्ञप्ति र सामाजिक सञ्जालमार्फत साहले वर्तमान संविधान, व्यवस्था र प्रणाली जनताले अस्वीकार गरिसकेको परिस्थितिमा फेरि त्यही पुरानै संरचना स्वीकार्नु सम्भव नरहेको जनाएका छन् । उनका अनुसार समस्या केवल नेताको अनुहारमा नभई राज्यको गलत संरचना र भ्रष्ट प्रणालीमा छ, जसले केन्द्रदेखि स्थानीय तहसम्मका निकायलाई दूषित तुल्याएको छ । "व्यवस्था बदलेन भने अवस्था पनि बदि्लँदैन," साहले भनेका छन् । साहका अनुसार संसद् विघटन गरेर नयाँ सरकार गठन र नयाँ संविधान निर्माणतर्फ अघि बढ्नु नै नेपाली जनताको वास्तविक माग हो । उनले नेतृत्व मात्र परिवर्तन गरेर आन्दोलनलाई सीमित गर्न खोज्नु जेन-जी आन्दोलन र सडकमा प्रकट ताजा जनादेशको अपमान भएको टिप्पणी गरेका छन् । "जेन-जी पुस्ताको नेतृत्वमा भएको जनआन्दोलनलाई अनुहारको फेरबदलमा मात्र सीमित गर्ने धोकापूर्ण सम्झौता हामीलाई स्वीकार्य छैन," उनले भनेका छन्, ।

सप्तरीमा दुई जनामा हैजा पुष्टि

जनकपुर, २८ भदौ ।

सप्तरीको सदरमुकाम राजविराजमा दुई जनामा हैजा संक्रमण पुष्टि भएको छ। राजविराज-१६ का दुबै जनामा हैजाको जीवाणु भेटिएको गजेन्द्रनारायण सिंह अस्पतालले जानकारी दिएको छ । अस्पतालका मेडिकल सुप्रिटेन्डेन्ट डा. प्रकाश प्रसाद साहका अनुसार संक्रमितमध्ये एक जना चार दिनअघि उपचारपछि घर फर्किसकेका छन् भने अर्काको उपचार हाल अस्पतालमै भइरहेको छ । दुवै

बाँकी तेश्रो पृष्ठमा⇨

जन्म दर्ता,मृत्यु दर्ता,विवाह दर्ता,सम्बन्ध बिच्छेद एवम बसाई सराई जस्ता ब्यक्तिगत घटना समयमै दर्ता गराऔं ।
पकहामैनपुर गाउँपालिकाको कार्यालय, पर्सा

पर्यटकिय स्थलको संरक्षण र प्रचार-प्रसार गरौं,नगरको विकासमा जुटौं ।
ठोरी गाँउपालिकाको कार्यालय, ठोरी, पर्सा

शौचालय निमार्ण गरी गाँउलाई खुल्ला दिशा मुक्त बनाऔं ।
विन्दवासिनी गाँउपालिकाको कार्यालय, विन्दवासिनी, पर्सा

निर्धारित मापदण्डको पालना गरौं,ग्रामिण विकासको भियानमा सघाऔं ।
जिराभवानी गाँउपालिकाको कार्यालय,जिराभवानी ,पर्सा

दैवी प्रकोपबाट बच्न सतर्कता अपनाऔं ।
सखुवाप्रसौनी गाँउपालिकाको कार्यालय, सखुवाप्रसौन, पर्सा

घरबाट निस्केको फोहोर डस्बिनमा हालौं, सभ्यताको परिचय दिऔं ।
छिपहरमाई गाउँपालिकाको कार्यालय,भिस्वा, पर्सा