नयाँ सन्दर्भ साप्ताहिक

Naya Sandarbha Weekly

वर्ष : २५ अंक : २३ पृष्ठ ६ भद्रपुर वि.सं. २०७७ माघ ४ (January 17, 2021) नेपाल सम्वत ११४१ मुल्य : रु.१०।-

सबैको रोजाई

मेची अञ्चल मै एक मात्र
सबै रोगहरुको भरपर्दो उपचारका लागि
अत्याधुनिक उपकरण जडित
विश्वसनीय चिकित्सकहरु भएको
चिकित्सा प्रतिष्ठान
अध्यक्ष : गोपालकुमार बस्नेत

विर्तासिटी हस्पिटल
विर्तामोड, झापा

राष्ट्रिय भाक्का दिवसको विवादकावीच

राजवंशी समाज र कोचिला गाभुर फ्रन्टका भक्का दिवस

भद्रपुर । चौथो राष्ट्रिय भाक्का दिवस झापाको विर्तामोडमा सम्पन्न भएको छ । कोचिला गाभुर फ्रन्टको आयोजनामा प्रत्येक वर्षको पुस २ ९ गतेलाई राष्ट्रिय भाक्का दिवस घोषणा गरेदेखि यो दिवस मनाउन थालेको हो । राजवंशी तथा कोच समुदायको मौलिक खानाको रुपमा रहेको भाक्का दिवसमा कोच लोक सांस्कृतिक कार्यक्रमसमेत आयोजना गरिएको थियो । फ्रन्टको केन्द्रीय समितिले २०७४ सालदेखि प्रत्येक वर्ष पुस २९ गते 'राष्ट्रिय भाक्का दिवस' घोषणा कोचिला गाभुर फ्रन्टका केन्द्रीय अध्यक्ष अभय राजवंशीले बताए ।

कोचिला गाभुर फ्रन्ट र राजवंशी समाज झापाले अलग अलग मितिमा राष्ट्रियभाक्का दिवस मनाए । राजवंशी समाज झापाले भने पुस २५ गते नै राष्ट्रिय भाक्का दिवस मनाएको छ भने कोचिला गाभुर फ्रन्टलेपुस २ ९ गते भक्का दिवस मनाएको छ । भाक्का दिवसको मिति सम्बन्धमा दुवै संस्थावीच बिवाद छ ।

कोचिला गाभुर फ्रन्टले मनाएको भाक्का दिवसमा निवर्तमान सांसदहरू, झापाका अधिकांश पालिकाका प्रमुख, उपप्रमुख, राजनीतिक दलका नेता कार्यकर्ता, उद्योगी,व्यवसायी, प्रमुख जिल्ला अधिकारी, सुरक्षा निकायका प्रमुखहरू,जिल्ला प्रहरी कार्यालयका प्रमुख, सशस्त्र प्रहरी बल जिल्लाका प्रमुख, आदिवासी जनजाति महासंघ

लगायत विभिन्न निकाय र स्थानीय संघ संस्थाका प्रमुखको सहभागिता रहेको थियो ।

यसैबीच राष्ट्रिय भक्का दिवसको अवसर पारेर मेचीनगर-१४ स्थित बाल सुबोधिनी विद्यालयले बालबालिकालाई स्कूलमै भक्का खुवाएको विद्यालयका प्रधानाध्यापक विश्व थापाले जानकारी दिए। विद्यालयमा अभिभावकहरु बान्नी राजबंशी र डुम्की राजबंशीले भक्का पकाएका थिए । यसैगरी राजवंशी समाज विकास भद्रपुर नगर समितिको आयोजनामा पुस २५ गते शनिवार भद्रपुर ४ नम्बर वडा कार्यालयको परिसरमा राष्ट्रिय भक्का दिवस मनाइएयो । भद्रपुर ४ का वडा अध्यक्ष तथा समितिका नगर अध्यक्ष हंसधर राजवंशीको अध्यक्षता भएको कार्यक्रमको उद्घाटन प्रदेश सांसद पूर्णसिंह राजवंशीले गरेका थिए । प्रमुख अतिथि समेत रहेका सांसद राजवंशीले जातीय परिकार भक्का बनाएर दिवसको उद्घाटन गरे । जातीय भेषभुषामा सजिएका उनीहरूले विविध सांस्कृतिक नृत्य र भक्का बनाउने तरिका समेत प्रदर्शनी गरेका थिए ।

भक्का बनाउने तरिका

मात्रा अनुसार चामललाई लगभग दुई घण्टासम्म पानीमा भिजाउनु पर्छ । पानीबाट निकालेर थिग्राउनु पर्छ । ओखली, ढिकी वा मिलमा कुट्नुपर्छ । पीठोलाई मसिनो चाल्नीले चाल्नुपर्छ । त्यसपछि थोरै पानी हालेर मुछ्नु पर्छ । पानीले मुछेर पीठोलाई नरम बनाउनुपर्छ । एउटा भाँडामा पानी उमाल्नुपर्छ । भाडामाथि माटोबाट बनाइएको दुलो परेको ढकन राख्नुपर्छ। उक्त ढकनलाई भाँडाभित्रको बाफ कतैबाट ननिस्किने टाल्नु पर्छ । माटोको हन्डीमा उम्लिएको पानीबाट निस्किने बाफमाथि भक्का पकाइन्छ । पानीले मुछेर नरम बनाएको पीठोलाई बटुकामा हालेर नरम सुतीको कपडाले बेरेर वाफ निस्किँदै गरेको ढकनमा राखेपछि भक्का पाक्छ । बाफमा भक्का पाक्न दुई मिनेटको समय लाग्छ ।

दुर्घटना न्युनिकरणमा ट्राफिक प्रहरी

– **सन्दर्भ समाचारदाता**

भद्रपुर । झापामा पुसमा मात्र ९७ वटा सवारी दुर्घटनामा परेका थिए। जिल्ला ट्राफिक प्रहरी कार्यालय झापाका अनुसार दुर्घटनामा परेर १७ जनाको मृत्यु भया भने ४५ जना गम्भिर प्रकृतिको अंगभंग भए र ७८ जना घाईते भए । यो अन्य महिनाको भन्दा धेरै हो ।

दुर्घटना बढेकै कारण, सडकमा दुर्घटना न्युनिकरण गर्न बैज्ञानिक रुपमा प्रहरी अघि बढेको जिल्ला ट्राफिक प्रहरी कार्यालय झापाका प्रमुख समेत रहेका प्रहरी निरीक्षक प्रकाश जवेगुले बताए । उनले भने, 'अघि पनि ट्राफिक प्रहरी यसरी नै सडक सुरक्षाका लागि राजमार्गमा आएको थियो । अब भने बैज्ञानिक रुपमा सडकमा हुने दुर्घटना न्युनिकरणका लागि ट्राफिक प्रहरी सडकमा आएको हो ।' जिल्ला भित्र र बाहिर जाने यातायातका धनी, चालक तथा सहचालकहरुलाई सचेतना, साईकल तथा ट्याक्टरमा परैबाट देखिने गरिको रिफ्लेक्सन स्टिकर टाँस्ने, सवारी दुर्घटना गराउने दोसीलाई कार्वाहीका लागि समन्वय गर्ने जस्ता कार्यक्रम लिएर ट्राफिक प्रहरी सडकमा निस्कने ट्राफिक प्रहरी निरीक्षक जवेगुले बताए ।

अहिले सडक सुरक्षाकालागि झापा ट्राफिक प्रहरी कार्यालय झापाले ट्राफिक नियम तथा सवारी सम्बन्धी सचेतना मुलक कार्यक्रम अघिसारेको छ । जिल्ला ट्राफिक प्रहरी कार्यालय झापाले जिल्ला प्रहरी कार्यालय झापाको सहयोगमा ट्राफिक नियम तथा सवारी सम्बन्धी सचेतना मुलक कार्यक्रम अघिसारेको हो । केहि दिन यता झापामा सवारी दुर्घटना बढेकोले सवारी साधन चेकिङ्गमा तिव्रता दिईएको ट्राफिक प्रहरी कार्यालय झापाले जनाएको छ ।

बाक्लो हुस्सु, मादक पदार्थ सेवन, साँझमा विपरित दिशाका दुई यातायातका साधनका चालक बीच बत्तिको समन्वयकारी भुमिका नहुँदा अत्यधिक दुर्घटना बढेको कार्यालयका ट्राफिक प्रहरी नायव निरीक्षक शिवकुमार शर्माले बताए । पछिल्ला दिनमा तीन पाङग्रे सवारी साधन र राजमार्गमा चल्ने राता बसको लापर्बाहीका कारणपनि राजमार्गमा दुर्घटना बढेको प्रहरीको ठम्याई छ ।

ट्राफिक प्रहरीले यातायात मजदुरलाई रुट प्रमिट लिएर मात्र सवारी साधन चलाउन, कागजपत्र दुरुस्त राख्न, निर्धारित भाडादर भन्दा बढी भाडा नलिन, सवारी साधन चलाउँदा मादक पदार्थ तथा लागु पदार्थ सेवन नगर्न र क्षमता भन्दा बढी यात्रु नबोक्न यातायात मजदुरलाई सुझाव दिदै आएको छ ।

इस्टुको मागमा संस्थापकको ऐकेबद्धता

– **सन्दर्भ समाचारदाता**

भद्रपुर । संस्थागत विद्यालय शिक्षक युनियन (इस्टु) भद्रपुर नगर समितिले उठाएका माग सम्बोधन गर्दै ऐकेबद्धता जनाएर नगर क्षेत्रका ५ वटा विद्यालयका सञ्चालकले सहमती गरेका छन् ।

युनियनले उठाएको पारिश्रमिक भुक्तानीको माग सम्बोधन गर्दै भद्रपुर ६ मा रहेको डोल्मामेमोरियल इंलिस स्कुलका संस्थापक प्रिन्सिपल अरूण बस्नेत, मोर्डन अंग्रेजी माविका संस्थापक/ प्रिन्सिपल मंगल थापा मगर, ब्राइट स्टार अंग्रेजी माविका संस्थापक प्रिन्सिपल रत्नबहादुर गिरी, भद्रपुर ७ स्थित हिमालयन अंग्रेजी माविका संस्थापक प्रिन्सिपल सुरज सापकोटा र भद्रपुर २ स्थित शिखर शिशुसदनका संस्थापक प्रिन्सिपल प्रज्वल खड्काले ऐकेबद्धता जनाएका हुन् ।

पहलो चरणमा २०७७ मंसीरसम्मको शिक्षक कर्मचारीको पारिश्रमिक भुक्तानी गरेर इस्टुको पहिलो माग सम्बोधन गरेका हुन् । उनीहरूले अन्य माग पनि क्रमश पूरा गर्ने प्रतिबद्धता जाहेर गरेका छन् ।

इस्टु संघर्ष समितिका संयोजक विदुर ढुंगानाको नेतृत्वमा रहेको भद्रपुर नगर संघर्ष समितिसित सहमती गर्दै सो समूहले विद्यालय शान्ति क्षेत्र निर्माण गर्न सवै संस्थापक प्रिन्सिपलसित आग्रह समेत गरेको छ ।

मैदानमा गएर दोहोरो भिडन्त गर्दा विद्यालय सञ्चालक तथा शिक्षक कर्मचारीको जीत नहुने हुँदा हार्ने खेलमा नलाग्न अनुरोध गर्दै हिमालयन इंलिस स्कुलका प्रिन्सिपल सुरज सापकोटाले विद्यालय बन्द हुने वातावरण निर्माण अन्त्य गर्न सञ्चालकहरूको पहिलो दायित्व हुने धारणा राखेका थिए ।

यस्तै ब्राइट स्टार इंलिस स्कुलका संस्थापक/प्रिन्सिपल रत्नबहादुर गिरीले नियमित पारिश्रमिक भुक्तानी गर्ने विद्यालय बन्द नगर्न अनुरोध गर्दै आफूलाई ठूला भन्ने र पारिश्रमिक रोकेर विवाद बढाउने बिद्यालय सधैंका लागि बन्द भए पनि आपत्ति नहुने धारणा राखे ।

विद्यालय सञ्चालकहरुले औपचारिक रूपमा विद्यालय सञ्चालन सुरू भएयता पनि पूर्ण पारिश्रमिक नदिएपछि इस्टुले माघ ५ गतेबाट भद्रपुर नगर क्षेत्रका विद्यालय बन्दको घोषणा गरेर आन्दोलित भए पनि प्याब्सन/एन प्याब्सन नेतृत्व पारिश्रमिक भुक्तानीको वातावरण निर्माणमा लाग्नुको सट्टा शिक्षक कर्मचारी दमनको बाटोमा लागेर मुडभेड तर्फ बढेपछि ५ वटा विद्यालयका संस्थापक/ प्रिन्सिपल विवाद समाधानको विकल्पमा जुटेका हुन् ।

साभार–बाह्रखरी

भद्रपुर नगरपालिका नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
भद्रपुर (झापा) प्रदेश नं. १ को

जनहितमा जारी सूचना

- मिसावट गरिएका, सडेगलेका तथा अस्वास्थकर खानेकुरा नखाऔं ।
- सडक तथा सार्वजनिक स्थानमा छाडा रुपमा चौपायाहरु नछोडी सभ्य नागरिकको पहिचान दिऔं ।
- सडक तथा पेटी-किनारमा आवगमनमा अवरोध हुने गरी निर्माण सामग्री नराखौं ।
- बालबालिकालाई काममा होइन, विद्यालय पठाऔं ।
- सार्वजनिक स्थलमा जताततै फोहोरमैला नफालौं ।
- आफ्नो घर वरपर विरुवा रोपी हरित नगरीको रुपमा विकास गरौं ।

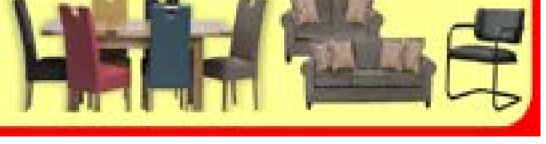
अर्जुनधारा नगरपालिकाको कार्यालय
शनिश्चरे (झापा) प्रदेश नं. १ को

जनहितमा जारी सूचना

- मिसावट गरिएका, सडेगलेका तथा अस्वास्थकर खानेकुरा नखाऔं ।
- सडक तथा सार्वजनिक स्थानमा छाडा रुपमा चौपायाहरु नछोडी सभ्य नागरिकको पहिचान दिऔं ।
- सडक तथा पेटी-किनारमा आवगमनमा अवरोध हुने गरी निर्माण सामग्री नराखौं ।
- बालबालिकालाई काममा होइन, विद्यालय पठाऔं ।
- सार्वजनिक स्थलमा जताततै फोहोरमैला नफालौं ।
- आफ्नो घर वरपर विरुवा रोपी हरित नगरीको रुपमा विकास गरौं ।

रोश्नी ज्वेलर्स भद्रपुर-१० (बजार लाईन), चन्द्रगढी
प्रो. रञ्जु साह/ मुकेश साह
सम्पर्क : ९८६३६१४२७०

सुनगाभा सपिङ्ग सेन्टर
भद्रपुर-१०, झापा
सेन्चुरी बैंक तल
०२३४५५९७२
निरज निरौला
९८५२६२०२७७
घर तथा अफिस डेकोरेसन तथा फर्निसिङ्ग सामाग्रीको थोक तथा खुद्रा विक्रेता



कांग्रेस ठीक गर्न देउवालाइ डाक्टरको औषधी

–ज्ञानमणि भूर्तेल

कांङ्गेस बाजेको उपचार १

ढोकामा उभिएको पाले जोडले चिच्यायो- नेपाली काङ्गेस ।।।

देउवा जुरुक्क उठ्नुभो र कमजोर काङ्गेसलाई हतेर्दै भित्र पस्नुभो । यता बस्नुस बाजे । नजिकैको टुल देखाउँदै डाक्टरले सोध्नु भो- के भएको हो ? समस्या के छ ? निकै कमजोर देखिनु हुन्छ त ?

–खै के हो ? के हो ? दिनदिनै सुक्दै जानू भको छ । हिँडडुल गर्न समेत कठिन छ । अर्काको सहारा चाहिन्छ ।

–पहिले कुन डाक्टर देखाउनु हुन्थ्यो ? औषधि के खाने गरेको थियो ?

देउवाले झोलाबाट झिकेर पुराना रिपोर्ट देखाउनु भो । सबै रिपोर्ट हेरिसकेपछि डाक्टर फेरि बोल्नु भो- यो त बिपि हुन्जेलसम्मको रिपोर्ट रैछ । त्यसपछिको खै त ? बिपि हुन्जेल सम्म त राम्रै रैछ त ।

त्यसपछि त कुनै डाक्टर देखाएकै छैन । आफू पनि ब्यापार ब्यबसायमा ब्यस्त भैयो । खासै ध्यान नै दिईएन । देउवाले स्पष्टीकरण दिनु भो । बाजे यता सुत्नुस् त । डाक्टरले बालाई बेडमा सुताउनु भो । छातिमा आला लाएर लामो सास फेर्न लाउनु भो । मुख च्यातेर टर्च लाईट बालेर जिब्रो हेर्नू भो । हात खुट्टा तन्काउनु भो र देउवातिर हेर्दै बोल्नु भो- एक पटक होलबडी चेकअप गरौं अनि मात्र केही भन्न सकिन्छ । अहिलेलाई यी टेष्टहरु गरौं । लामो लिस्ट थमाउँदै पुनः बोल्नु भो- दुई नम्बर कोठामा गएर यी टेष्ट गराउनुस ।

बालाई लिएर देउवा दुई नम्बर कोठामा पस्नु भो । पैताला देखि टाउकोसम्म सबै टेष्ट भए । भोलि दुई बजेपछि रिपोर्ट लिन आउनु होला भन्ने ल्याब टेक्निसियनको आदेश पछि टाउको हल्लाउँदै देउवा निस्किनु भो ।

भोलिपल्ट सबै रिपोर्ट हेरेपछि डाक्टर गम्भीर देखिनु भो । देउवाले सुस्तरी सोध्नु भो- के भको हो डाक्टर साब ? कस्तो छ स्थिति ?

हालत खराब । गलत खानपिनको असर । शारीरिक भन्दा पनि मानसिक असरले गलाएको छ बाजेलाई । एक्स रे प्लेटमा सानो लठ्ठी नचाउँदै डाक्टरले बताउनु भो- फोक्सो पुरै कालो छ । लगभग ड्यामेज । रगतमा पानीको मात्रा बढेको देखिन्छ । दिमागमा समेत गहिरो चोट छ ।

खानपिनमा त ध्यान पुर्‍याएकै हो डाक्टर साब । स्याहारसुसार पनि गरेकै छ । त्यसो त नहुनुपर्ने ।।।।।।। शेर बहादुरले जित बहादुर बन्ने प्रयत्न गर्नु भो नहुनुपर्ने हैन । भैसक्या छ । तपाईं आफैं जान्ने भए म कहाँ किन ल्याउनु भको त ? तपाईं डाक्टर कि म डाक्टर ?

देउवाले घोसे मुन्टो लाउनु भो । केही बोल्नु भएन । यी हेर्नुस् त , फोक्सो पुरै तुवाँलोले ढाकेको पहाड जस्तो देखिन्छ । क्याल्सियमको कमिले हड्डी गलेर पाटाखाडिको सन्ठी जस्तो भैसक्या छ । तपाईंहरुका गलत क्रियाकलापले गर्दा शारीरिकभन्दा पनि मानसिक असरले फुक्दै जानुपर्ने ज्यान सुक्दै गएको देखिन्छ । यी हेर्नुस् त- टाउकोमा भएको दाग देखाउँदै डाक्टरले अगाडि बताउनु भो- बिपिको स्याहार पुगुन्जेल स्वस्थ रहेका बालाई पञ्चायत लडाउने हतारमा ०४६ सालमा बिषादियुक्त बामसँग मिसाएर ख्वाएपछि बूढा खस्कँदै गएको देखिन्छ । यी हेर्नुस्, यो कालो दाग त्यै हो ।

किशुनजीको रेखदेखसम्म पनि बा ठीकठीकै रैछन् । गिरिजाप्रसादको हात परेपछि खस्किन थालेको ज्यान गणेशमानजी र किशुनजीले बिरक्तिएर बालाई छोडेपछि दिमागमा परेको चोटको नराम्रो असर छ । झन तपाईंको हात परेपछि त बा चिलिम चौतारी । एक पटक बाको टाउको फोरेर बेग्लै डेरा समेत लिएर बस्नु भएको रैछ । हैन त ? बल्लतल्ल पाएको प्रजातन्त्र राजालाई बुझाउन पुग्नु भएछ । टाउकोको अकी कालो डल्लो देखाउनु भो डाक्टरले । बालाई ख्वाउनु पर्ने खान्की शत्रुलाई ख्वाउन पुगेपछि बा नगलेर को गल्छ त ? चितवनमा के गरेको त्यस्तो ? जीवनमा कहिल्यै आफ्नो नहुने नकच्चरो बाबुराम स्याहार्ने कि आफ्नो बा स्याहार्ने ? देख्नु भो त ? तपाईंकै बालाई म्युजियममा राख्नुपर्छ भन्दै हिँड्छ ।

अब बालाई तङ्ग्र्याउन के गर्नुपर्ला त डाक्टर साब ? कुन औषधि ख्वाउनु पर्ला ?

बाले खाने हैन । बालाई ख्वाउने हैन । औषधिको आवश्यकता तपाईंलाई छ । बा तन्दुरुस्त हुनुहुन्छ । मात्र मानसिक शान्ति चाहिन्छ उहाँ लाई ।

मैले के औषधि खाने त डाक्टर साब ?

मलिन स्वरमा देउवा बोलेपछि डाक्टरले औषधि बताउन थाल्नु भो- तपाईंको रगतमा सदाचार सकिएर भ्रष्टाचार बढेको देखिन्छ । यसका लागि एन्टि भ्रष्टाचार टोनिक लेखिदिएको छु, सदाचार टोनिक । यसलाई नटुटाई दैनिक खानुस् । दिमागमा भाईचाराको स्थान भाईमाराले ओगटेको छ । आफ्ना जति निकालेर शत्रुलाई भित्र्याएर जुत्तैसँग भान्सामै पसाएको असर हो यो । यसका लागि भाईचारा सिरप चिसोपानीसँग दैनिक खाने गर्नुस् । यसले दिमागमा बुद्धि बिकास हुनुका साथै दिमाग ठण्डा राखेर सहि कुरा सोच्ने तागत प्राप्त हुन्छ । म नै सर्वेसर्वा हूँ र मैले जे गर्दा नि हुन्छ भन्ने दम्भ मेटाउन दम्भ नासक ट्याब्लेट दिएको छु , नबिर्सी खानु होला । अनि, बालाई जीवित राख्ने हो तन्दुरुस्त राख्ने हो भने अहिले तपाईंले खाँदै गर्नु भएको र खान खोज्दै गर्नु भएको बाम प्याकेट भित्रको मिक्स जुस खान तुरुन्तै बन्द गर्नुपर्छ । ती प्याकेटमा राम्रा राम्रा उखान लेखिएको भएता पनि खतरनाक छन् । अनेकौं क्रान्तिकारी कुरा लेखिए तापनी भ्रमपूर्ण छ हानिकारक छ ।

देउवा ट्वाल्ल परेर हेरि मात्र रहनु भो । निकैबेरको मौनता पछि बोली फुट्यो- अरु के गर्नु पर्ला डाक्टर साब ?

एउटा अकी काम गर्नुस् । शहर बजारमा भन्दा गाउँघरमा बढी उपलब्ध शुद्ध समाजवादी पिठोको लिटो बनाएर बेलुकी सुत्ने बेलामा खानुहोला नत्र यी औषधिको कुनै असर हुन्न ।

बालाई चैं केही गर्नु पर्दैन त डाक्टर साब ? बालाई मानसिक तनावबाट मुक्त राख्नुस् । चकी

बाँकी पृष्ठ ४ मा

वायु...

प्रतिकुल असर गर्छन्। धूमपान गर्ने व्यक्ति छिट्टै बुढो देखिन्छ । छाला धेरै चाउरी पर्छ, ओठमुखमा नराम्रो खैरो दाग निस्किन्छ । फरक किसिमका डण्डिफोर आउने हुन्छ, नङ तथा कपालको रङ परिवर्तन आँउछ । यसले पनि छालाको क्यान्सरलाई बढाउन मद्दत गर्छ । अध्ययनहरुले धुमपान गर्नेहरूमा सोरायसिस, छालाको बाथरोगको जोखिममा उल्लेखनीय रुपमा वृद्धि भएको बताउँछन् । सक्रिय रुपमा धुमपान नगर्ने व्यक्तिहरुमा समेत यस्तो असर देखिन सक्छ ।

वायुमण्डलीय पोलिसाइक्लिक हाइड्रोकार्बन

पोलिसाइक्लिक हाइड्रोकार्बन सबैभन्दा व्यापक र खतरनाक जैविक प्रदूषक हो। यो सहरी क्षेत्रको हावामा सतहमा हुन्छ ्। यिनीहरुले पनि प्रतिक्रियाशील अक्सिजन उत्पादन गर्छन् । यसको मुख्य स्रोतहरु डिजेल वा पेट्रोल गाडीको धुवाँ, उद्योग, कलकारखाना, प्लास्टिक उद्योग, किटनासक, सिगरेटको धुवाँ आदि हुन् । यसले समेत छाला बुढो देखाउने, रङ परिवर्तन गर्ने, क्यान्सर ल्याउन सक्छन्। हाइड्रोकार्बनहरुले डिएनए तथा आरएनएमा असर गरेर क्यान्सर गराउन सक्छन् ।

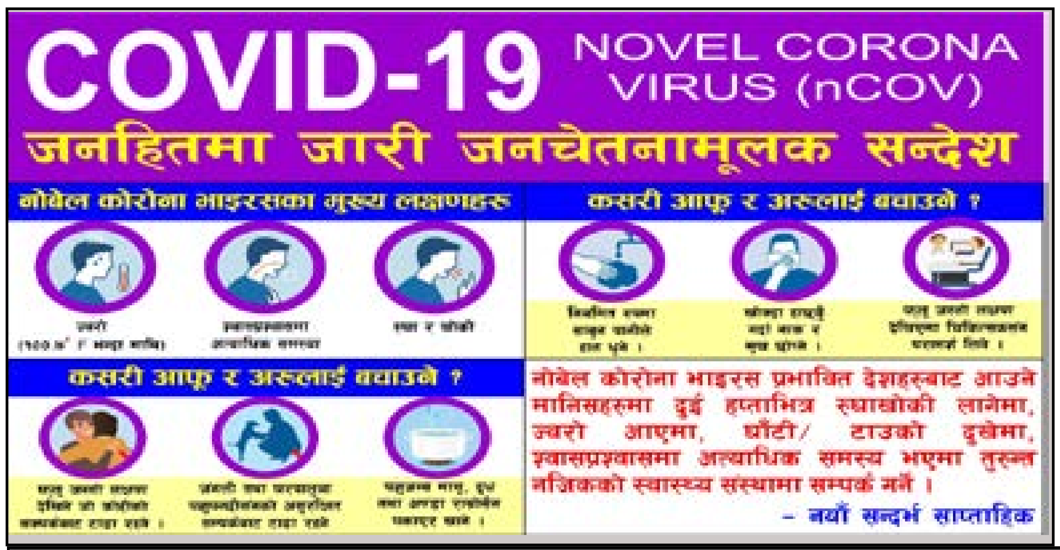
विभिन्न वायु प्रदूषकले एलर्जी समेत गराउँछन् । यसले बतयउष्अ मभचकबतष्तष्क वा कन्ट्याक एक्जिमा पनि निम्त्याउँन सक्छ । भारी धातुहरू क्याडमियम, सिसा र पाराहरु पनि वायुमा असर गर्ने प्रदूषकहरू हुन्। यसका मुख्य स्रोतहरू ज्वालामुखी विष्फोट, फोहोर जलाउँदा, सिमेन्ट, फलाम र इस्पात उत्पादन र लिड पेट्रोल उत्पादन आदि हुन् । यिनीहरुले पनि एलर्जिक इक्जिमा गराउँछन् ।

रोकथाम रणनीति

वायु प्रदूषण नियन्त्रण गर्न सकियो भने छालामा हुने प्रतिकुल प्रभाव नियन्त्रण गर्न सकिन्छ। वायु प्रदूषणका कारण छाला रोगको रोकथाम दुई चरणमा गर्न सकिन्छ । पहिलो, वायु प्रदूषण कम गर्नु र दोस्रो प्रदूषकबाट आफूलाई जोगाउन रणनीति प्रयोग गर्नु । यसको लागि घरभित्र र बाहिर दुवैतर्फ प्रदूषण नियन्त्रण हुनु जरुरी हुन्छ ।

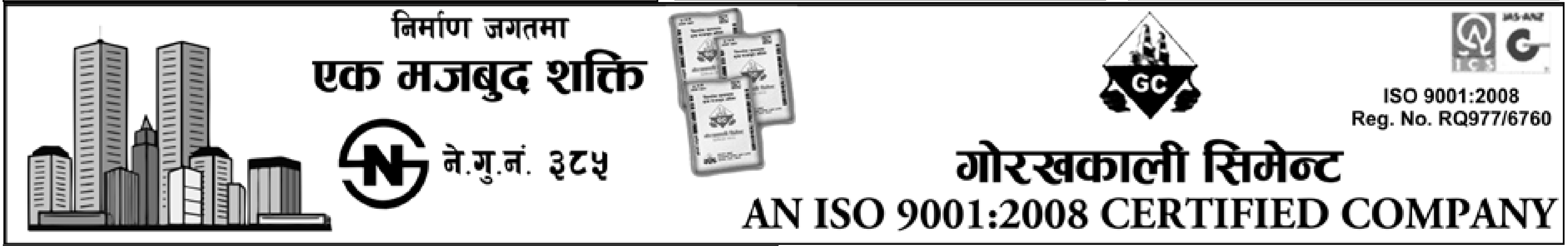
व्यक्तिगत सुरक्षाको लागि परावैजनी किरणबाट जोगिने, छाताको प्रयोग गर्ने, सनस्क्रिनको उचित प्रयोग गर्नेस सक्रिय वा निस्क्रिय धूमपान नगर्ने वा जोगिने, एन्टिआक्सिडन्ट (भिटामिन सी र ई) प्रयोग गर्ने, मास्कको प्रयोग गर्ने वा सकिन्छ भने घरभित्र हावाको फिल्टर र भेंटिलेटरहरूको प्रयोग गर्ने । छाला मानव शरीरको सबैभन्दा ठूलो र महत्वपूर्ण अङ्ग हो। तसर्थ छालाको स्वास्थ्यलाई असर गर्ने कुनै पनि कारकले सम्पूर्ण रूपमा शरीरलाई असर पार्छ । छालामा हानिकारक प्रभाव पार्ने परावैजनी विकिरण, पोलिसाइक्लिक हाइड्रोकार्बन, नाइट्रोजन अक्साइड, धुलो, सिगरेटको धुवाँले छालालाई बुढो बनाउने, चाउरी बढाउनुका साथै छालाको क्यान्सर, सोरायसिस, डण्डिफोर, अर्टिकेरिया, एक्जिमा बढाउँछ। पोलियोरोमेटिक हाइड्रोकार्बनले छालाको क्यान्सर, बाह्य छालाको उमेर, पिग्मेन्टेसन, बच्चाहरूमा एटोपिक डर्मेटाइटिस बढाउँछ । तसर्थ व्यक्तिगत सुरक्षाको लागि परावैजनी किरणबाट जोगिने, धुवाँ, धुलोबाट जोगिने, सनस्क्रिनको उचित प्रयोग गर्ने, धूम्रपान नगर्ने वा जोगिने र वायु प्रदूषण कम गर्ने जस्ता सावधानीहरु अपनाउनु जरुरी हुन्छ । (डा पौडेल चर्मरोग विशेषज्ञ हुन् ।)

मिस सुपरनेश्नल २०२० : सिमल कनौजिया



विद्यार्थी, शिक्षक, कर्मचारी
परिचय-पत्रको लागि
कम्प्युटर प्वाइन्ट चन्द्रगढी
भद्रपुर-७ (चन्द्रगढी), झापा
सम्पर्क : ०२३४५५७०६

अर्गानिक चिया पिऔं, स्वास्थ्य जीवन जिऔं
ग्रिनहिल टी हाउस
अर्गानिक ग्रिन टी — ध्यू, छुर्पी
गोल्डेन टी — अकवरे खोर्सानी
ह्वाईट टी — किवि फल, ललीपप
अर्थोडक्स टी — ग्राउन एप्पल
हामी कहाँ यी सामग्री सुपथ मुल्यमा उपलब्ध छन्
सम्पर्क : ९८५२६४६४१०, ९८४२६४६४१०
उत्पादक : ग्रिनहिल अर्थोडक्स चिया प्रशोधन उद्योग, साखेजुङ-४, इलाम



ओम साई पाथीभरा हस्पिटल प्रा.लि.
भद्रपुरमा अब थप नयाँ सेवासहित
❖ल्याप्रोकोपी सर्जरी सेवा ❖स्त्री तथा प्रसुति रोग विशेषज्ञ सेवा ❖नाक, कान तथा घाँटी रोग विशेषज्ञ सेवा :
❖फिजिउसियन विशेषज्ञ सेवा ❖दन्त रोग विशेषज्ञ सेवा :
❖डायलाईसिस सेवा र डायलाईसिस गर्नु पर्दा लगाईने फिस्टुला सेवा ❖ बाल तथा नवजात शिशुरोग विशेषज्ञ सेवा ❖ मानसिक तथा स्नायुरोग विशेषज्ञ सेवा ❖ छाला, यौन तथा कुष्ठरोग विशेषज्ञ सेवा
❖ भिडियो एक्स-रे सेवा ❖ मुटुको ईसीजी तथा ईको कार्डियोग्राफी सेवा ❖ पेटको ईण्डोस्कोपी सेवा
फिजियोथेरापी सेवा ❖ एसी क्याबीन तथा जनरल क्याबीन रुम सेवा
चौबिसै घण्टे सेवा : इमरजेन्सी सेवा, सिटी स्क्यान सेवा, डिजिटल एक्स-रे सेवा, प्याथोलोजी (ल्याब) सेवा, फार्मेसी सेवा, एम्बुलेन्स सेवा
भद्रपुर-९, सगरमाथा चौक, झापा, फोन नं. : ०२३-४५६५८१, ४५६९८१ मो. नं. : ९८५२६७८८२०

नयाँ सन्दर्भ साप्ताहिक । प्रकाशक तथा सम्पादक : गोविन्द चन्द छेत्री ९८४२६३७०८४ । कार्यकारी सम्पादक : द्रोण अधिकारी ९८४२६२८७९१ । कार्यालय : भद्रपुर-८, झापा, ०२३५२००९३
सह-सम्पादक : विगम श्रेष्ठ ९८०४९१६३२१। कम्प्युटरःअलिसा श्रेष्ठ । वेनाम सुब्बा । Email : nayasandarva@gmail.com मुद्रण राजु अफसेट प्रिन्टीङ् प्रेस, बुद्धशान्ति

सम्पादकीय

ओली राष्ट्रवाद पनि प्रायोजीत त थिएन ?

प्रधानमन्त्रीको जिम्मेवारीमा रहेको व्यक्तिको यो सबै दुःख र धपेडी केका लागि ? कसका लागि ? जनताका लागि वा आफ्नै गुटको बचाऊका लागि ? राजनीतिक स्थायित्व र स्थितिरताका लागि वा नयाँ पार्टी बनाएर मध्यावधि चुनावमा विजय यात्राका लागि ? विकासका लागि वा विनासका लागि ? आम नेपालीका मनमा अविरल रूपमा उठिरहेको प्रश्न पनि यही हो । राजनीतिक अस्थिरताले देश विकास हुन सकेन भनेर ऐतिहासिक जनमत दिएर ओलीलाई शक्ति सम्पन्न प्रधानमन्त्रीको सौभाग्य पनि नेपाली नागरिकले नै दिएका थिए तर यही सौभाग्यमाथि ओलीले प्रहार गरेर देशलाई अस्थिरताको बाटो मोडिदिएका छन् । उन्नत शासकीय शैली दिने वचन चुनावी भाषण मात्र बनाएका ओलीले भारतीय हस्तक्षेपलाई चीनतिर सारेर नेपाली स्वाधीनता सधैंका लागि तिलाञ्जली दिएर नयाँ इतिहास रचे । यसखालको आचरणलाई कुन दृष्टिको राष्ट्रवाद मान्ने ? प्रायोजीत कि सुनियोजीत ?

नेपालले पछिल्ला बीस वर्षमा जे हासिल गरेको छ, त्योभन्दा धेरै गुमाएको छ । यसकारण सँगै अघि बढेका धेरै मुलुकभन्दा आज नेपालको स्थान पछाडि छ । हिंसात्मक राजनीतिले गरेको क्षति एउटा छ भने, खुला समाजका विकृतिलाई नियमन र नियन्त्रण गर्न नसक्दा गलत सामाजिक मनोविज्ञानको भाष्य निर्माण भयो । यो झनै हानिकारक छ । सत्ता र सत्ताइतरका सबैको कमजोरीका कारण आज हामी यहाँ छौं । मुलुकलाई राजनीतिक रंगमञ्च बनाएर आमजनतालाई आजित बनाउने काम इतिहासमा फेरि दोहोरिएको छ । शक्तिराष्ट्रहरूसमेत तन्नम गरिब मुलुकमा केहीलाई प्रत्यक्ष सहयोग गरेर भए पनि शिक्षित र सम्पन्न बनाउनमा लाग्छन् । किनभने सामान्य कूटनीतिक र विकासका गतिविधि गर्न पनि जानेबुझेका 'स्थानीय विज्ञ' को आवश्यकता हुन्छ । यिनै व्यक्ति समातेर देश भित्रका गोप्य कुरा स्वार्थ समूहले लिन सक्ने छन् । ओली सरकारको राष्ट्रवाद पनि कहीँ न कहीँ स्वार्थ समूहको प्रायोजन हो कि भन्ने कुरा विगतको भारत विरोधी हुंकार वर्तमानको लम्पसारवादले पुष्टि गर्दै गएको छ ।

ओली सरकारले घीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्र नेपालको पहिलो निर्वाचनको ३ वर्षे अवधि पूरा हुँदै गर्दा नेकपाले पाएको भारी जनमत सदुपयोग गर्न नसकेर संसद नै समाप्त गर्न सफल भयो । ओली नेतृत्व सरकारले जनभावना अनुरुप चलेको अनुभव नेपाली जनमानसमा परेको छैन । कम्युनिस्टको रूपमा आएको नेकपा सरकारको काम गर्ने शैली अनुभव गर्दा उग्र सामन्तवादी शैलीकै बाहुल्यता छ । हुकुमी प्रवृत्ति, भ्रष्टाचार, दुराचारको संरक्षण जस्ता कार्यशैलीले कम्युनिस्ट चरित्र समाप्त भइसकेको अनुभूति जनमानसमा छ । अब निर्वाचनमा जाँदा प्रधानमन्त्री ओलीले के नारा लगाउलान् ? हिजो राष्ट्रवादको नारा लगाए आज त्यो प्रायोजीत भएको पुष्टि हुँदै छ । स्थीर राजनीतिको कुरा गरे अझ अस्थिर राजनीति संस्कार छोडिसकेका छन् । अब के बाँकी छ ? ओलीसरकारलाई नेपालको नेतृत्व गर्न स्वार्थ समूहको प्रायोजन पूरा हुने वातावरण निर्माणका लागि । आम नेपालीसित रहेको अनुत्तरित प्रश्नले उत्तर खोजिरहेको छ ।

नेकपा श्रृजित राजनीतक बबण्डरको परिणाम अनिश्चित

प्रधानमन्त्री केपी शर्मा ओलीले पुस ५ गते प्रतिनिधिसभा विघटन गरेपछि उनको सर्वत्र आलोचना भएको छ । प्रधानमन्त्री ओली अध्यक्ष रहेको नेकपा विभाजित भएको छ । आधिकारिक नेकपा को कुन् हो ? भन्ने विषय निर्वाचन आयोगमा विचाराधीन छ । प्रतिनिधिसभा विघटन असंवैधानिक भएको भन्दै सवोच्च अदालत दर्ता भएका रिटमा सुनुवाई जारी छ ।

प्रतिनिधिसभा विघटनको औचित्य पुष्टि गर्न प्रधानमन्त्री ओली र उनको समूह निरन्तर सक्रिय छ । विघटनको तीब्र आलोचना भएपनि प्रधानमन्त्री ओलीले विघटन जायज मात्र छैन, त्यो प्रधानमन्त्रीको संवैधानिक अधिकार भएको दलिल पेस गरेका छन् । प्रतिनिधिसभा विघटनको विरुद्ध नेकपा प्रचण्ड माधव नेपाल समूह, प्रतिपक्ष नेपाली काँग्रेस, जनता समाजवादी पार्टी लगायतका साना दल संघर्षमा होमिएका छन् ।

प्रधानमन्त्री ओलीको कदमको खुलेर स्वागत गर्नेमा नेपाल मजदुर किसान पार्टी र राप्रपा रहेको छ । नेपाली काँग्रेसले सडकमा गएपनि पार्टी सभापति शेरबहादुर देउवा समूह भने संसद पुनःस्थापनाको पक्षमा देखिएको छैन । पार्टीले आन्दोलन गर्ने निर्णय गरेपनि देउवा समूह पुनःस्थापनाको पक्षमा खुलेर सडकमा आएको छैन ।

देउवा समूहको प्रधानमन्त्री ओलीसँगको अघोषित सहकार्य र प्रधानमन्त्री ओलले प्रधानमन्त्री बनाइदिने आश्वासन दिएकाले देउवा संसद पुनःस्थापनाको पक्षमा खुल्न नसकेको चर्चा हुने गरेको छ । देउवाका अभिव्यक्तिःले पनि त्यही कुराको संकेत गर्दछ । देउवा र उनको समूह अदालतमा हस्तक्षेप गर्नु नहुने, निर्वाचनबाट भाग्न नहुने जस्ता तर्क गरेको छ । देउवा र उनको समूहले संविधान भन्दा प्रधानमन्त्री र सत्तामा पुगीहाल्ने हतारो देखाएको छ ।

काँग्रेसको देउवा समूह बाध्यताले सडकमा भएपनि रामचन्द्र पौडेल लगायतका नेता कार्यकर्ताले प्रधानमनत्री ओलीको कदमको खुलेर आलोचना गरेका छन् । नेमकिपा, राप्रपा र देउवा समूह बाहेक

सबै राजनीतिक दल, नागरिक समाज, बुद्धिजीवी, कानुन व्यवसायी प्रतिनिधिसभा विघटनको विपक्षमा उभिएका छन् ।

मूलधारका मिडियाले प्रधामन्त्रीले गरेको संसद विघटन गर्ने कार्यको आलोचना गरेका छन् । प्रधानमन्त्री ओली र सरकारले गरेका कार्यको लगायत आलोचनात्मक टिप्पणी हुने गरेको छ । प्रधानमन्त्रीका विचार, कार्यशैली र दम्भका कारण नोपली मिडियाबाट आलोच्य भएका छन् । मिडियामा हुने आलोचनाका कारण सोसल मिडियामा प्रधानमन्त्री ओली, सरकार र उनको समूह आलोच्य हुने गरेको छ । नागरिकमा ओली सरकारप्रति नकारात्मक धारणा स्थापित भएको छ । नागरिकको सरकारबाट आशा र अपेक्ष समाप्त भएको छ । यसर्थ, मूलधारका मिडिया र सोसल मिडियाबाट हुने लगातारको आलोचना र टिप्पणी प्रधानमन्त्री ओली, उनको नेतृत्वको नेकपा र सरकारले कहिलेसम्म थेग्न सक्ला ?

प्रधानमन्त्रीको असंवैधानिक कदमका विरुद्ध सडकमा दिनहूँ प्रदर्शन र विरोध हुँदै आएको छ । प्रारम्भमा ओलीले निर्वाचन आयोग र अदालतका बलियो प्रभाव देखिएपनि सडक आन्दोलनले निस्प्रभावी बनाउँदै लगेको छ । सडकमा पार्टी नेता, कार्यकर्ता र अधिकारकर्मी मात्र देखिएकोमा प्रतिदिन नागरिको सहभागिता बढ्दै गएको छ ।

प्रधानमन्त्री ओलीले संविधान विरुद्ध गरेको कार्यमा निर्वाचन आयोग र सवीच्च अदालतले कस्तो निर्णय गर्छ ? अदालत र निर्वाचन आयोगले संविधान र कानुनका आधारमा निर्णय गर्छ वा त्यसलाई कुलि् चएर निर्णय गर्छ नागरिक त्यको प्रतिक्षामा छन् ।

निर्वाचन आयोगका पूर्व प्रमुख आयुक्तहरु, निर्वाचन विज्ञ, कानुनका जानकारले निर्वाचन सम्बन्धी ऐनमा भएको बहुमत संख्यालाई मान्यता दिनु पर्ने विचार व्यक्त गरिरहेका छन् । निर्वाचन आयोगले ऐनमा भएको प्रावधानलाई कुलि्चएर केन्द्रीय समितिमा अल्पमतमा रहेको समूहलाई सूर्य चिन्ह र आधिकारिक पार्टीको मान्यता दिएको अवस्थामा आउने प्रचण्ड नेपाल समूहको मात्र होइन, नागरिक समाजले पनि आक्रोस व्यक्त गर्न सक्छ ।

संविधानमा संसद भित्र सरकार बनाउने सम्भावनाका सबै विकल्प सकिएको अवस्थामा मात्र संसद विघटनको सिफारिस गर्न पाउने प्रावधानलाई सवीच्चले अनदेखा गर्न सक्ला ? सवीच्चले प्रधानमन्त्रीको कदम सदर गरे, संविधानको अन्त्यष्टीदिन त्यहीँ हुने संविधानका ज्ञाताले प्रतिक्रिया दिएका छन् । सवीच्च अदालतले प्रधानमन्त्री ओलीको असंवैधानिक कदमलाई लूयाप्चे लगाए, उत्पन्न हुने जनआक्रोस अदालत र निर्वाचन आयोगका विरुद्ध होइन, सरकार र प्रधानमन्त्री ओलीका विरुद्ध केन्द्रित हुनेछ । त्यसबेला उत्पन्न हुने जनआक्रोस ओली बाले थेग्न सक्लान् ? अर्कातर्फ संसद पुनःस्थापित भएको अवस्था र निर्वाचन आयोगले प्रचण्ड नेपाल समूहलाई मान्यता दिएको अवस्थामा प्रधानमन्त्री ओलीले सरकारका लागि नयाँ विकल्प दिन र नयाँ पार्टी निर्माणको अभियान थेग्न सक्लान् ? प्रधानमन्त्री ओलीका अघि यस्ता कयौँ प्रश्न छन्, जसको उत्तर त्यति सजिलै निस्कन सक्ने अवस्था छैन ।

प्रधानमन्त्रीको समूहले निर्वाचन आयोगबाट मान्यता पाएपनि प्रतिगमनकारी कदम भएकाले विचारको आन्दोलनलाई अघि बढाउन त्यही सजिलो छैन । निर्वाचन आयोग र अदालतले प्रधानमन्त्रीको कदमलाई सदर गरेपनि राजनीतिक प्रतिरोध क्षमता कमजोर सावित हुनेछ । नेकपाका नेता कार्यकर्ता अहिले पनि पार्टी पुनः एकजुट हुन सक्ने तर्क गरिरहेका छन् । उपाध्यक्ष बामदेव गौतम त्यही अभियानमा लागेका छन् । प्रधानमन्त्री ओली र उनको सहूकका कयौँ नेताले अहिले पनि पार्टी कानुनी रुपमा पार्टी विभाजन नभएको तर्क गरिरहेका छन् । अलग्गै पार्टीको दबी गरेका छैनन् । दुबैले आफूहरु आधिकारिक भएको दाबी गरिरहेका छन् । तर, यस्ता निर्णय र तर्कले नेकपाको एकता कायम रहन सक्ने देखिँदैन ।

प्रचण्ड नेपाल समूहले ओली कम्युनिष्ट नभएको, प्रतिगामी विचार र सामन्ती चिन्तन भएको, गणतन्त्र र संघीयतामा विश्वास नभएको गैरकम्युनिष्टको आरोप लगाएका छन् । नेकपा दुई समूहमा विभाजित भएपछि प्रधानमन्त्री ओलीलाई बा भन्नेको संख्यामा पनि बढोत्तरी भएको छ । पार्टी भित्र सीमित भएको बा सम्बोधन, अहिले नागरिक तहमा पनि चर्चाको विषय बनेको छ । नेकपाको ओली र प्रचण्ड नेपाल समूहले एकअर्काप्रति गरेको घृणा, आरोप र आलोचनाले तत्काल नेकपा सग्लो हुने सम्भावना देखिँदैन । एकअर्काले लगाउने आरोप र प्रतिआरोप सञ्चारमाध्यमका मुख्य सामग्री बनेको छ । दुई समूह आलोचना र घृणाको भारीले निकै पर पुगेका छन् । यस्तो अवस्थामा दुई समूह तत्काल एक होलान् ? सम्भावना निकै कम छ । यस्तो चोइटिएको वा फुटेको समूहको नेतृत्वबाट प्रधानमन्त्री ओली भनेजस्तो समृद्धिको कथा पूरा होला ? यी सबै जटिलतालाई केपी बाले थेग्लान् ? निर्वाचन आयोग र अदालतले उनको कदमलाई स्वीकार गर्ला ? वा सेटिङले काम गर्ला ? त्यो भने हेर्न अझै केही समय कुर्नु पर्ला । –सजिलो खबर

फेसबुकमा तरुणीका

प्रोफाइल डुलिरहनेहरुका लागि विशेष यज्ञ

–मोनिका जौहरी

विभिन्न सामाजिक संजालमा असामाजिक तत्व झैँ दिन रात सक्रिय हुँदै विपरीत लिंगीलाई सन्देश पठाउन तत्पर रहेका भद्रजनको कल्याण निम्मित्त कलियुगी अनुष्ठानको आरम्भ गर्न गइरहेको छु । यस रहस्यमय तथा परम कल्याणकारी धार्मिक कार्यमा संलग्न हुन चाहने सबै पुरुषगणले हातमा मोबाइल बोकेर पूर्व दिशा उन्मुख भई बस्नु होस् । मोबाइलको स्क्रीन पट्टीको 'फ्रन्ट' क्यामेरामा आफ्नो अनामिका औलाले कुमकुमका केही छींटाले पूजन गरे पश्चात् दाया हातको अंजुलीमा जल, अक्षता, पुष्प र मध्यमा र तर्जनी औलाका माँझ २१०० रुपैयाको दक्षिणा च्यापी अंतर्मनमा कामदेवको ध्यान लगाईं राम सीताको स्वयम्बर 'भिजुलाइजेसन' गर्नु होस् (

राम रमापति कर धनु लेहु...

नेपालको तराई 'जोन'को शहर जनकपुरमा सीताको स्वयम्बर आयोजित हुँदैछ । सभामा तीनै लोकका तपाईंका माफिक 'सुपर हीरो' उपस्थित छन् । कोही 'ओल्ड दरबार' पान गरी आएको छ त कोही ब्लैक लेवल र कोहीले १२ वर्ष पुरानो स्का'च । सबै 'सेल्फी' लिन व्यस्त छन् । सभामा सीताजीको 'एन्ट्री' हुन्छ । लक्मे फाउण्डेसनको प्रतापले उनको सौन्दर्य 'टीटोटलर' लाई पनि मात लाउने कोटिको छ ।

तपाईं जस्ता कागजी 'सुपर 'स्वयम्बरको शर्त पूरा गर्न न्वारनदेखिको बल लाए तर कसैले सकेन । एक एक गरी सबै योद्धा टाउको निहुराउदै फर्किए । तातश्री जनकको 'बीपी' बढ्यो ... होइन कसैले यो धनुषको मानमर्दन गर्न सक्दैन ? जनकको बढेको धुकधुकीले द्रवित भई साधु पुरुष विश्वामित्र भन्छन्,–

उठहु राम भंजहु भवचापा । मेटहु तात जनक परितापा ॥

साधू आज्ञा पाउन साथ भगवान् रामले पहिलो शा'टमै धनुषलाई खंडित गरिदिनुभयो ।

रामले धनुष तोड्दाको यो दृश्य कसैले आफ्नो मोबाइलबाट छायांकन गरी परशुरामजीलाई 'व्हाटसअप' गरी दियो । अति 'सुपर फास्ट ड्रोन' चढेर परशुरामजी आग्नेय नेत्रका साथ सभाभवनमा उपस्थित हुन आई पुग्नुभयो । उनको बायोग्राफीबाट परिचित हरुवा पुरुषहरुमा जहाँ हर्षको संचार भयो त्यही जनकको भने हालत पतला भयो । के अनर्थ गर्ने हुन यी बूढाले ?

उपस्थित भद्रजनले परशुरामको रीसको 'ग्राफ' झार्ने अनेक प्रयत्न गरे तर बूढाले शांत हुनुको सट्टा आफ्नो 'वीपन' हावामा घुमाउदै मार्ने काट्ने धम्की दिन थाले । अरुले बुढालाई बुझाउदै गर्दा सीताका भावी देवर लक्ष्मणले भने सभामा प्रभाव हाल्ने मनशायले मुख खोले,–

नाथ संभु धनु भंजनि हारा । होइहि केउ एक दास तुम्हारा ॥

बहु धनुहीं तोरीं लरिकाईं । कबहुँ न असि रिस कीन्हि गोसाईँ ॥

एहि धनु पर ममता केहि हेतू । सुनि रिसाइ कह भृगुकुलकेतू ॥

लक्ष्मणको 'वाक् एंट्री'ले बूढाको क्रोध झन उग्र भयो ।

रे नृप बालक काल बस बोलत तोहि न सँभार ।

धनुही सम तिपुरारि धनु बिदित सकल संसार ॥

लक्ष्मण थिए नै जन्तीको रमाइलो मूडमा । आगोमा घिउ थप्दै उनले परशुरामको 'बीपी' झनै 'हाई' बनाउने काम गरे ।

लखन कहा हँसि हमरें जाना । सुनहु देव सब धनुष समाना ॥

का छति लाभु जून धनु तोरें । देखा राम नयन के भोरें ॥

छुअत टूट रघुपतिहु न दोसू । मुनि बिनु काज करिअ कत रोसू ॥

बूढ़ाले उग्र भई भने,–

भुजबल भूमि भूप बिनु कीन्ही । बिपुल बार महिदेवन्ह दीन्ही ॥

सहसबाहु भुज छेदनिहारा । परसु बिलोकु महीपकुमारा ॥

दाईको बिहेमा गएको भाईको पारा पनि कम कहाँ हुन्छ र ?

८ इहाँ कुम्हड़बतिया कोउ नाहीं । जे तरजनी देखि मरि जाहीं ॥

भृगुसुत समुझि जनेउ बिलोकी । जो कछु कहहु सहउँ रिस रोकी ॥

सुर महिसुर हरिजन अरु गाई । हमरें कुल इन्ह पर न सुराई ॥

परशुरामको क्रोध धीर पुरुष रामले नै शांत गर्नु पऱ्यो । उग्र भएका परशुरामका सामु आएर मर्यादा पुरुषोत्तम विनीत भावले भन्नु हुन्छ,–

राम मात्र लघु नाम हमारा ।

परसु सहित बड़ नाम तोहारा ॥

रामको वाणीले परशुरामलाई आफ्नो 'गेम ओभर' भएको आभास हुन थाल्यो । कता कता 'फीलिंग' आयो म अंश अवतार को 'टाइम अप' भए जस्तो छ विष्णुले पूर्ण अवतार लिइसक्नु भयो । तर भन्ने बित्तिकै कसरी पत्याउने ! उनले 'प्रुफ' माग्ने उद्देश्यले भने,–

राम रमापति कर धनु लेहू ।

खैंचहु मिटे मोर संदेहू ॥

अब तपाईंले पनि सिद्ध गर्नुपर्छ तपाईं राम्रो आचरणयुक्त पुरुष हो । तपाईंले आफुलाई सोझो सरल 'प्रुभ' गर्नुछ लक्ष्मण झै चपल र 'स्मार्ट' होइन । तपाईंले आफूलाई सैमसंगको 'डिभाइस' होइन मानिस भएको 'प्रुभ' गर्नु छ ।आफ्नो धनुष रामलाई दिदै परीक्षा लिए परशुरामले । उनलाई थाहा छ उनको धनुष विष्णु बाहेक कसैले सन्धान गर्न सक्दैन । परशुरामजी पनि 'ब्यूटी विथ ब्रेन' जस्तै 'स्ट्रेंथ बूथ ब्रेन' सम्पन्न थिए । विश्वस्त हुनलाई उनले रामको परीक्षा लिने निधो गरे ।

श्रीरामले धनुष समाते र तुलसी दासले यसको वर्णन यसरी गरे,–

देत चापु आपुहि चल गयउ ।

परसुराम मन बिसमय भयउ ॥

आफुले अवतार हुन साबित गर्न रामलाई कुनै परिश्रम गर्नु परेन । परशुरामजी सन्तुष्ट भई सभाबाट अरण्यतिर लागे ।

अब तपाईंले पनि सिद्ध गर्नुपर्छ तपाईं राम्रो आचरणयुक्त पुरुष हो । तपाईंले आफुलाई सोझो सरल 'प्रुभ' गर्नुछ लक्ष्मण झै चपल र 'स्मार्ट' होइन । तपाईंले आफूलाई सैमसंगको 'डिभाइस' होइन मानिस भएको 'प्रुभ' गर्नु छ । त राम्रो हुनलाई तपाईंले युवतीहरुका इनबा'क्समा हाई, हेलो, गुड मा'र्निंग, गुड इवनिंग गर्नु सट्टा आफ्नो घरका स्त्रीहरुलाई खुशी बनाउनु पर्छ 'डेली'को दैनिक जीवनमा । आफ्नै श्रीमतीको 'बर्थडे विश' फेसबुकमा गर्ने होइन ।

अनुभव र सिद्धहस्तताको आलोकमा भन्न सक्छु तरुणीहरुलाई दिन रात म्यासेज गरेर प्राप्ति केही हुन्न । र कुनै तरुणीको 'रिप्लाइ' न आउदा परशुराम झै छटपटिनुको उपलब्धि केही हुन्न ।

मैले पनि धनुष तोड्न र धनुषको प्रत्यंचा चढाउन दसौं वर्ष पढेको हुँ । मलाई प्रत्यंचा चढाउनदेखि 'प्रेस्क्रिप्शन' लेखन सबै कला आउछन् र यो साबित गर्न राम झैं मलाई अलि कति पनि समय लाग्दैन । यसै अनुभव र सिद्धहस्तताको आलोकमा भन्न सक्छु तरुणीहरुलाई दिन रात म्यासेज गरेर प्राप्ति केही हुन्न । र कुनै तरुणीको 'रिप्लाइ' न आउदा परशुराम झै छटपटिनुको उपलब्धि केही हुन्न । जसरी उनको 'ब्रेन' ले बुझ्यो आँखा अगाडि हाँसिरहेको यो अनुहार साक्षात विष्णु रूप हो, तपाईं पनि बुझ्नुस् आफ्नो घरमा, छिमेकमा, बाटो दोबाटोमा रहेका सबै स्त्री अनुहार साक्षात लक्ष्मी स्वरुप हुन् ।

यी लक्ष्मी स्वरूपामध्ये प्रत्येक चौथो महिलालाई पीरियड्सको अनियमितता हुन्छ । लिपिड्स बढ्ने समस्या हुन्छ । एलेक्ट्रोलाइट्स कम हुनाले कसैलाई 'वीकनेस' भई रहेको हुन्छ, कोही कसैको 'वेट' बढ़ी रहेको हुन्छ । कोही 'इनफर्टिलिटी' को शिकार हुन्छे, कसैलाई अ'ास्टियोपोरोसिस,यूटराइन फायब्रा'इड, यूरिनरी ट्रैक्ट इंफेक्शन हुन सक्छ । छाला सम्बन्धी समस्या, झरेको कपालले यिनको 'मूड' जुन बेला पनि 'स्विंग' भई रहेको हुन्छ । थकान, इरीटेशन, अनिद्राले यिनको स्वभाव नै झगड़ालू बनाइदिएको हुन्छ । यिनमा कामको भाव र चाहना नै मर्दै गइरहेको हुन्छ । भोजनका लागि एंजाइम र निद्राका लागि 'मेलाटोनिन'को शरणमा पुगेका हुन्छन् । 'डिप्रेसन' यिनलाई पर्खेर बसेको हुन्छ ।

कहिल्यै सोच्नु भएको छ पार्कमा बिहान बेलुकी व्यायाम गर्ने महिलाको बाढी किन आएको छ ? ती सबै हामी जस्ता डाक्टरको क्लिनिकमा दान दक्षिणा बुझाएर आएका हुन् । त्यहाँ उनको रोगको रोकथामको उपाय होइन औषधोपचार दिइएको छ, विभिन्न टेबलेट र इंजेक्शन सिफारिश गरिएका छन् । यी सबै समयभन्दा पहिला बुढेशकालमा प्रवेश गरेका महिला हुन् । महिला अधिकार र सशक्तिकरणका कुरा गर्ने ख्वै ? यी सबै महिला आ-आफ्ना व्यथाले रात्रि ढीलोसम्म जाग्राम बसेर अन्तमा क्लोनाज़ेपम सेवन गरी सुत्छन् र तपाईं सामाजिक संजालमा मनोविनोद गरी क्वार्टर चढाएर सुत्नु हुन्छ ।

कहिल्यै सोच्नु भएको छ पार्कमा बिहान बेलुकी व्यायाम गर्ने महिलाको बाढी किन आएको छ ? ती सबै हामी जस्ता डाक्टरको क्लिनिकमा दान दक्षिणा बुझाएर आएका हुन् । त्यहाँ उनको रोगको रोकथामको उपाय होइन औषधोपचार दिइएको छ, विभिन्न टेबलेट र इंजेक्शन सिफारिश गरिएका छन् ।

सीता स्वयम्बरमा परशुरामको क्रोधको कुनै वस्त्र थिएन र अहिले तपाईंको दिमागको नाङ्गोपनलाई कुनै वस्त्र छैन । जाग्नुस्, अब जाग्नुस् । पति हुनुहुन्छ भने पत्नीलाई अँगालोमा लिनुस् । पिता हुनुहुन्छ भने छोरीलाई स्नेह स्वरले सोध्नुस्, उसको स्वास्थ्य कस्तो छ ? स्वास्थ्यमा केही गड़बड़ छ भने उपचारार्थ लैजानुस् । घरका सबै महिलाको 'केयर' गर्नुस् । न बिर्सनुस् यी तिनै प्राणी हुन् जुन कलश यात्रा, जागरण, उपवास, व्रत, कथा, सत्संग, परम्परा, दान दक्षिणा, हठ, नृत्य, आभूषण, बन्धन,समागम, पवित्रता, धर्म, जन्म जन्मको साथ जस्ता सबै अवधरणा पालना गरेर पर्खालले घेरिएको स्थानलाई घर बनाइरहेका छन् । साँस हुन्जेल यिनीहरु आफ्नो कर्तव्यपालनबाट विमुख हुन्नन ।

आफ्नो हवस र कामपिपासाबाट माथि उठेर हेर्नुस् तब मात्रै तपाईंलाई आफ्नो वास्तविक पौरुष सौंदर्यको दर्शन हुन्छ । भनिन्छ पुरुषको सौंदर्य नै यही हो, उसमा नारीको बास हुन्छ । यसैले त शिव अर्धनारीश्वर छन् । पुरुष नारीका लागि त्यति नै महत्वपूर्ण छ जति पुरुषका लागि नारी । यी जुन तपाईंकै घरमा,तपाईंको वरिपरि हाँसिला अनुहार छन् यिनलाई स्नेहले हेर्नुस् । यिनलाई 'भर्चुअल वेव' होइन स्पर्श र प्रेमको प्रत्यक्ष 'वेव' दिनुस । परशुराम बनेर होइन मर्यादापुरुष राम बनेर । विश्वास गर्नुस् सामाजिक संजालमा आएको प्रत्युत्तरभन्दा धेरै मोहक र जीवन्त 'रिप्लाय' पाउनु हुन्छ ।

प्रारम्भमा अंजुलीमा लिएको जल, अक्षत र पुष्प 'कमेंट बा'क्स'मा छाडी मलाई दिने २१०० रुपैया आफ्नो खल्तीमा राख्नुस । घरका कुनै महिलाको 'हेल्थ चेकअप'मा काम लाग्ने छ । तपाईंको काम लेखमा टिप्पणी गर्ने हो । मेरो 'फेसबुक पेज'मा आएर हाई, हेलो, नाइस भनेर केही हुन्न । थाहा पाई राख्नुस र याद पनि राख्नुस,–

मोनू मात्र लघु नाम हमारा ।

इनबा'क्स में वेव करने से कुछ न होगा तोहरा !!

(–लेखक : मोनिका जौहरी । लेखनमा पनि सक्रिय मुंबई निवासी मोनिका मनोचिकित्सक हुनुहुन्छ । मानव मनबारे विवेचना गरिएका यिनका लेख मन हृदय छुने खाले हुन्छन् । मोनिकाको यस लेखलाई ज्ञानमित्रले पुनर्लेखन गरेका हुन् ।)

साहित्य खेलकुद मनोरञ्जन स्वास्थ्य

कुन प्रदेशमा कति क्षमता ?

कहाँ–कहाँ भण्डारण गरिँदै छ कोभिड भ्याक्सिन ?

–कल्पना पौडेल

काठमाडौं । सरकारले फागुनसम्म कोभिड विरुद्धको भ्याक्सिन नेपाल आइपुग्ने संकेत दिएको छ । केही समयअघि स्वास्थ्य तथा जनसख्ंयामन्त्री हृदयेश त्रिपाठीले घुमाउरो पारामा यस्तो संकेत दिएका छन् । यद्यपि, अझै पनि नेपालमा कुन देशको कुन कम्पनीको भ्याक्सिन आउँछ भन्ने टुंगो छैन । भारतको सिरम कम्पनीले बनाएको 'कोभिसिल्डु, 'कोभ्यासिन' नेपाल ल्याउन पहल भने जोडतोडका साथ प्रयास भइरहेको छ ।

नेपालको भौतिक संरचना अनुसारको २ देखि ८ डिग्री तापक्रममा भण्डारण गर्न मिल्ने र नेपालमा ल्याउन समेत सहज भएकाले भारतबाटै भ्याक्सिन ल्याउने पहल भइरहेको छ । सरकारले २ देखि ८ डिग्री तापक्रममा भण्डारण गर्न मिल्ने भ्याक्सिन ल्याउन सकेमा नेपालमा अहिले भएका कोल्डरुम नै काफी हुने बताएको छ । स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयले केन्द्रमा भ्याक्सिन राख्ने क्षमता, भ्याक्सिन स्टोर र उपत्यका बाहिरका जिल्लामा भ्याक्सिन पुर्‍याउनका लागि रेफ्रिजेटर भ्यानको समेत तयारी गरिसकेको छ ।

स्वास्थ्य सेवा विभाग, व्यवस्थापन महाशाखाका आपूर्ति शाखा प्रमुख उपेन्द्र ढुंगानाले केन्द्रीय भ्याक्सिन स्टोरमा रहेका ९ वटा कोल्ड रुममध्ये २ वटा रुम कोभिड भ्याक्सिन भण्डारणका लागि तयारी अवस्थामा राखेको जानकारी दिए । उनका अनुसार २ देखि ८ डिग्री तापक्रममा भण्डारण गर्नका लागि ७ हजार ५०० र ३ हजार ७५० लिटर भण्डारण क्षमता भएको कोल्ड रुम तयारी अवस्था राखिएको छ । उक्त कोल्ड रुममा एउटामा २८ लाख ७३ हजार ५६० डोज र अकीमा १३ लाख ४१ हजार डोज भ्याक्सिन भण्डारण क्षमता रहेको बताइएको छ ।

त्यसैगरी, विराटनगरमा रहेको ३ वटा कोल्ड रुममध्ये एउटा कोल्ड रुम कोभिड भ्याक्सिनका लागि छुट्याइएको छ । उक्त कोल्ड रुममा २ हजार २५० लिटर क्षमता रहेको छ । जसमा ८ लाख ६२ हजार डोज भ्याक्सिन भण्डारण क्षमता रहेको छ । व्यवस्थापन महाशाखाका अनुसार पथलैया, बारामा रहेको भ्याक्सिन स्टोरमा रहेका ३ वटै भ्याक्सिन स्टोरमा कोभिड भ्याक्सिन स्टोर गर्ने तयारी गरिएको छ। तीनमध्ये २ वटा कोल्ड रुममा ३ हजार ७५० लिटर भण्डारण क्षमता रहेको छ। त्यहाँ प्रति रुममा १४ लाख ३६ हजार ७०० डोज भण्डारण क्षमता छ। भने ७ हजार ५०० लिटर क्षमता भएको तेस्रो रुममा २८ लाख ७३ हजार ५०० डोज भ्याक्सिन भण्डारण क्षमता छ । त्यहाँबाट विराटनगर, हेटौंडा र प्रदेश २ लाई समेट्ने बताइएको छ । पथलैयामा रहेको कोल्ड रुम बिग्रिएर सञ्चालनमा आएको थिएन। केही दिनअघि काठमाडौंबाट पठाइएका प्राविधिकहरुले उक्त स्टोर मर्मत गरिसकेको व्यवस्थापन महाशाखाका प्रमुख डा भीमसिंह तिंकरीले जानकारी दिए । पोखरा, बुटवल र धनगढीमा एउटा कोल्ड रुम कोभिड भ्याक्सिनका लागि छुट्याइएको छ । २ हजार २५० लिटर क्षमता भएको उक्त रुममा ८ लाख ६२ हजार डोज भ्याक्सिन भण्डारण गर्न मिल्छ । नेपालगञ्ज र सुर्खेतमा ३ हजार ७५० लिटर क्षमता भएको कोल्ड रुम तयार गरिएको छ । जहाँ १४ लाख ३६ हजार ७०० डोज भ्याक्सिन भण्डारण क्षमता रहेको बताइएको छ ।

विमानस्थलको कोल्ड स्टोर प्रयोग हुने

स्वास्थ्य मन्त्रालयले त्रिभुवन विमानस्थलमा रहेको कोल्ड स्टोरलाई समेत कोभिड भ्याक्सिन भण्डारणका लागि प्रयोग गर्ने भएको छ । त्यसका लागि सम्झौता समेत भइसकेको छ । व्यवस्थापन महाशाखाका प्रमुख डा भीमसिंह तिंकरीका अनुसार विमानस्थलमा रहेको कोल्ड रुम मर्मत गर्नुपर्ने छ । 'अहिले करिब ८ लाख रुपैयाँ जति खर्च गर्नुपर्छ । त्यसलाई अहिले बनाएपछि कोभिड बाहेकको समयमा समेत प्रयोग गर्न मिल्छ,' उनले भने । तिंकरीका अनुसार विमानस्थलको कोल्ड स्टोर मर्मत गर्ने प्रक्रिया अघि बढिसकेको छ । पहिले बाहिरी मुकुकमा तरकारी, फलफूल र दूध लगायतका सामग्री स्टोर गर्ने प्रयोजनका लागि उक्त कोल्ड स्टोर बनाइएको हो ।

जनशक्ति थप गरिँदै

सरकारले कोभिड भ्याक्सिन भण्डारण तथा वितरण व्यवस्थापनका लागि २० जना कर्मचारी नियुक्त गर्ने योजना बनाएको छ । अहिलेको अवस्थामा खोप सुपरभाइसको अभाव नै छ । सोही अवस्था मध्यनजर गर्दै २० जना कर्मचारी थप गर्ने योजना रहेको छ । विभागले करारमा २० जना फर्मासिस्ट करारमा राख्नका लागि गाभीमा प्रपोजल समेत लेखेको छ । त्यसबाहेक हरेक कोल्ड रुपमा रेफ्रिजेनेटर टेक्निसियन राख्नेबारे पनि तयारी गरिएको छ । बायोमेडिकल टेक्निसियन राख्नेबारे पनि छलफल भइरहेको छ । खोप सुभरभाइजरहरु राख्ने तयारी पनि विभागले गरेको छ । भ्याक्सिन र कोल्ड चेनको व्यवस्थापन बाहेक भ्याक्सिन आएपछि भ्याक्सिन दिने जनशक्ति, त्यसको सूक्ष्म कार्ययोजना बनाउने तयारीमा पनि विभाग जुटेको छ ।

आर्मीलाई भवन बनाउन दिइने

कोल्ड रुम नभएका स्थानमा भवन बनाउन आर्मीलाई दिने प्रस्ताव रक्षा मन्त्रालयमा पठाइएको छ । स्वास्थ्य मन्त्रालयका अनुसार मन्त्रालयबाट भवन बनाउने काम गर्दा टेन्डर गर्नुपर्ने र प्रक्रिया पनि लामो हुने भएकाले आर्मीलाई जिम्मेवार दिने प्रस्ताव गरिएको हो । हाल कर्णाली र प्रदेश २ मा कोल्ड चेन नभएको मन्त्रालयको भनाइ छ । सेनामार्फत निर्माण कार्य गर्न अर्थ मन्त्रालयले रकम निकासा गर्ने बताइएको छ ।

वायु प्रदूषण, छाला रोग र यस्को रोकथाम

–डा विकास पौडेल

विश्व स्वास्थ्य संगठनका अनुसार वायु प्रदूषण भन्नाले कुनै पनि रासायनिक, भौतिक वा जैविक वस्तुद्वारा वातावरणमा वायुको प्राकृतिक विशेषताहरूलाई नकारात्मक रुपमा परिवर्तन गर्नु हो । वायु प्रदूषणका स्रोतहरू प्राकृतिक वा कृत्रिम हुन सक्छन् । जस्तैस् ज्वालामुखी विस्फोट, वनजंगलमा लाग्ने डडेलो, रेडियोधर्मी सामग्री वा उद्योग, कलकारखाना, सवारी साधनबाट निस्कने धुवाँ, घरेलु धुवाँ(धुलो, निर्माण व्यवसाय, कृषि उद्योग जस्ता गतिविधि हुन् ।

वायु प्रदूषणको सबैभन्दा प्रमुख प्रदूषकहरूमा कार्बन मोनोअक्साइड, ओजोन, नाइट्रोजन डाइअक्साइड र सल्फर डाइअक्साइड र अन्य कणपदार्थ पर्छन् । श्वासप्रश्वास सम्बन्धी समस्या र मुटु रोगहरुमा वायु प्रदूषणका प्रभावहरू राम्रोसँग स्थापित भए पनि तर छालामा प्रदूषणको प्रभाव त्यति उल्लेख गरिएको पाइँदैन । स्वास्थ्य सम्बन्धित धेरै समस्याको ठूलो अनुपातको लागि वायु प्रदूषण जिम्मेवार छ र यसले छालामा झनै विशेष समस्या निम्त्याउँछ ।

वायु प्रदूषकहरूले छाला कसरी बिगार्छन् ?

वायु प्रदूषक पदार्थहरू ठोस, तरल, ग्याँस र कण पदार्थको रूपमा हुन सक्छन् । छालालाई असर गर्ने प्रमुख वायु प्रदूषकहरूमा परावैजनी विकिरण, पोलिसाइक्लिक हाइड्रोकार्बन, कार्बन कम्पाउण्ड, नाइट्रोजन अक्साइड, धुलो, सिगरेट वा चुलोको धुवाँ, हेभिमेटल र आर्सेनिक आदि हुन् । छाला, शरीरको सबैभन्दा ठूलो र बाहिरी भागको अंग हो । यी प्रदूषकहरु छालाको सतह, रौं र ग्रन्थीहरुबाट छालाभित्र प्रवेश गर्छन् र शारीरिक, रासायनिक र वातावरणीय कारकहरू विरूद्ध प्रतिरोधात्मक रूपमा काम गर्छन् र छाला प्रतिरोधात्मक नास गर्छन्स विभिन्न रोग निम्त्याउँछन् ।

वायु प्रदूषकहरूले छालामा हुने एन्टिआक्सिडेन्ट प्रतिरक्षा प्रणाली (जस्तै, नगितबतजष्यलभ उभचयहष्मबकभ, नगितबतजष्यलभ चभमगअतबकभ, क्गउभचयहष्मभ मष्कगतबकभ, अबतबबिकभ, भिटामिन ई, भिटामिन सी) प्रभावमा पारेर अक्सिडेटिभ स्ट्रेसलाई बढाउँछन् । यसले गर्दा फ्री रेडिकल र रिएक्टिव अक्सिजनहरु उत्पन्न हुन्छन् जसले शरीरको कोसको हरेक तत्वमा प्रतिकुल आसर गर्छन् । यसले छालाको बाहिरीदेखि भित्री भाग भ्उष्मभचक्ष्क, म्भचक्ष्क, क्गदअगतबलभयगक, तीनै वटामा नकारात्मक प्रभाव पार्छन् । यसले छालामा बुढो मान्छेको जस्तो देखिने, चाउरी पर्ने, दागधब्बाहरु देखिने, एलर्जी हुने लगायात सोरायसिस, डण्डिफोर र छालाको क्यान्सर जस्ता रोगहरु समेत गराउन सक्छ ।

वायु प्रदूषकहरू र छाला रोगहरूमा तिनीहरूको भूमिका

सूर्यबाट निस्कने परावैजनी विकिरणहरुलाई वायुमण्डलको ओजोन तहर अक्सिजनले धेरै मात्रामा अवशोषित गर्छ र ग्ख(ब ग्ख(द्य मात्र पृथ्वीको सतहमा पुग्छन् । जब वातावरणीय प्रदूषकहरूले ओजोन तहको ह्रास गर्छन् , तब धेरै परावैजनी विकिरणहरु सतहमा पुग्छन् । ती विकिरणहरुले मानव छालामा भएका तन्तुहरुमा गम्भीर असर पार्न सक्छन् ।

फोटोजिंग मुख्यतयाः परावैजनी विकिरण एद्वारा विशेषगरी छालाको केरेटिनोसाइट्स, फाइब्रोब्लास्ट र कोलेजेनको प्रतिकुल असर गर्छन् । पराबैजनी विकिरण बीले छालालाई जलाउँछ । पराबैजनी विकिरणहरु ए र बी दुवैले छालाको रोगसँग लड्ने क्षमता घटाउँछ । ओजोन तहको ह्रासले पृथ्वीको सतहमा परावैजनी विकिरणहरुको प्रवेशलाई बढाउँछ, जसले छालामा क्यान्सरको प्रकोप बढाउँछ। यी दुवै ग्ख ब,द्य मिलेर छालाको क्यान्सर जस्तै मेलेनोमा, बेसल सेल कार्सिनोमा र स्क्वामस सेल कार्सिनोमा बढाउन सक्छ ।

चुरोटबाट निस्कने धुवाँमा रिएक्टिभ अक्सिज, कार्बन मोनोअक्साइड, नाइट्रोजन, एलिुडहाइड्स लगायत हजारौं रासायनिक पदार्थहरू हुन्छन् । यिनीहरुले पनि छालाका सबै तन्तुलाई

बाँकी पृष्ठ ६ मा

काँकडभिट्टामा एघार तलाको भ्यूटावर निर्माण सुरु

– **सन्दर्भ समाचारदाता**

भद्रपुर । नेपालको पूर्वीद्वार काँकडभिट्टामा पर्यटक आकर्षित गर्न एघार तलाको भ्यूटावर निर्माण सुरु भएको छ । एसियाली राजमार्गको समेत प्रवेशविन्दु भएको हुँदा काँकडभिट्टामा पर्यटक आउनासाथ दृश्यावलोकनका लागि १ नं. प्रदेश सरकार र मेचीनगर नगरपालिकाको साझेदारीमा भ्यूटावरको निर्माण थालिएको मेचीनगरका प्रमुख बिमल आचार्यले बताए ।

आज एक समारोहबीच प्रदेशका तीन जना सांसद् श्रीप्रसाद मैनाली, राधा थापा र गोपालचन्द्र बुढाथोकी, मेचीनगरका प्रमुख बिमल आचार्य, उपप्रमुख मीना उप्रेती, नेपाली कांग्रेसका नगर सभापति इन्द्र बुढाथोकी, नेकपाका नगर इञ्चार्ज देबकुमार राई, जनता समाजबादी पार्टीका नगर अध्यक्ष ओमप्रकाश खापुङ र राप्रपाका नगर अध्यक्ष सुशिल आचार्यले भ्यूटावरको संयुक्त रुपमा शिलान्यास गरेका हुन् ।

मेचीनगर नगरपालिका वडा नं. ६ को सबैभन्दा अग्लो स्थानमा रहेको शिवालय मन्दिर परिसरमा शिलान्यास भएको भ्यूटावरको कूल लागत रु. ४ करोड ५३ लाख ४७ हजार ३७० रहेको आयोजना प्रमुख इन्जिनियर कमलप्रसाद कोइरालाले जानकारी दिए । कनकाई इन्टरनेसनल बिल्डर्स प्रालिले निर्माण कार्यको ठेक्का पाएको छ । आयोजना प्रमुख कोइरालाका अनुसार २०७८ मङ्सिर २८ गते काम सम्पन्न गरिसक्नु पर्ने ठेक्का सम्झौतामा उल्लेख छ । निर्माणस्थल काँकडभिट्टाको नेपाल प्रवेशद्वारबाट दुई सय मिटरको दुरीभित्रै रहेको छ । काँकडभिट्टाकै सबैभन्दा अग्लो स्थान भएकाले त्यहाँ धैरै पहिलेदेखि नै

आन्तरिक पर्यटकहरु दृश्यावलोकनका लागि जाने गर्दथे ।

नेपाल एसोसिएसन अफ टुर एन्ड ट्राभल एजेन्ट्स (नाटा)को प्रदेश नं. १ काअध्यक्ष उदयकुमार श्रेष्ठले यहाँ निर्माण हुने भ्यूटावरबाट तराईको मनोरम फाँटहरु मात्र नभएर इलामको हरियाली डाँडाकाँडा र भारतको दार्जीलिङ, सिलिगुडी र सिक्किमसम्मको दृश्यावलोकन गर्न सकिने सम्भावना व्यक्त गरे "काँकडभिट्टा नेपाली पर्यटन क्षेत्रका लागि प्रमुख प्रवेशद्वार मध्येमा पर्दछ," नाटाका अध्यक्ष श्रेष्ठ भन्नुहुन्छ-"उनीहरुलाई घुमफिर गर्न र रमाउन मन लाग्दा भ्यूटावर महत्वपूर्ण ठाउँ बन्ने हाम्रो विश्वास छ ।"

प्रदेश सांसद् श्रीप्रसाद मैनालीले पर्यटन क्षेत्र कोभिड १९ का कारण सुस्ताएको भए तापनि सो क्षेत्रलाई ब्युँझाउन प्रदेश सरकारले बिगतमा बिनियोजन गरेको सबै बजेट पर्यटनमै खर्च गर्ने नीति लिएको बताए । काँकडभिट्टामा पर्यटकीय आकर्षणका लागि बिगतदेखि नै आफुले भ्यूटावरको वकालत गर्दै आएको र बल्ल सपना पूरा भएको प्रदेश सांसद् राधा थापाले बताए । मेचीनगर नगरपालिकाले भ्यूटावरलाई नगरको गौरवको आयोजनामा सूचीकृत गरेको हुँदा यसको निर्माणमा कुनै ढिलासुस्ती हुन नदिइने नगरकी उपप्रमुख मीना उप्रेतीले बताइन् ।

झापामा यस अघि बुद्धशान्तिको धारागोलामा पाँच तले भ्यूटार निर्माण भइसकेको छ भने दमकमा नेपालकै सबैभन्दा ठूलो भ्यूटावर निर्माणाधीन अवस्थामा रहेको छ । मेचीनगर मुलुककै प्रवेश नाकामा रहेको सहर भएकाले यहाँ पर्यटकीय विकासका पूर्वाधारको निर्माणमा बिगतदेखि नै जोड दिइँदै आएको छ । हाल काँकडभिट्टामा पर्यटकका लागि देवकोटा पार्क, पुष्पलाल-वीपी बाटिका, पातालगङ्गा लगायतका केही रमणीय स्थलहरु छन् । दश किलोमिटर वरपर चाहिँ ठूला पर्यटकीय स्थलहरु रहेका छन् । बाहुनडाँगीमा मिनी माउन्टेन, बेसीबजार र कृष्णथुम्की चर्चित पर्यटकीय स्थल हुन् भने बाँसबारी, कालिका, मागुरमाडी, खुट्टेडाँगी, निचाझोडी सिमसार क्षेत्रले वर्षेनी लाखौं आन्तरिक पर्यटकलाई लोभ्याउँदै आएको छ ।

पर्यटकलाई लक्षित गर्दै काँकडभिट्टाको पाँच किलोमिटर वरपर ठूला होटल र रेस्टुरेन्टहरुको स्थापना भइरहेका छन् । काँकडभिट्टामै दुई वटा र धुलावारीको जोरसिमलमा एउटा क्यासिनो सञ्चालित छ। धुलावारीको जोरसिमलमा होटल मेची क्राउन नामक पाँच तारे सुविधासम्पन्न होटल गत वर्षदेखि सञ्चालित छ । अब पूर्वीद्वार काँकडभिट्टाबाट प्रवेश गर्ने विदेशी पर्यटकले खान बस्नका लागि अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको होटल सुविधा पाउन थालेका छन् । पर्यटकीय आकर्षणका लागि अर्को महत्वपूर्ण पूर्वाधार मानिएको हवाई सेवाको सुविधा चन्द्रगढी विमानस्थलले पूरा गर्दै आएको छ । हाल नियमित रुपमा चन्द्रगढी विमानस्थलबाट सात वटा उडानहरु भइरहेका छन् ।

नेपाली कांग्रेस दमकको बनभोज

– **सन्दर्भ समाचारदाता**

दमक । नेपाली कांग्रेस दमक नगर समितिले बर्षेनि गर्दै आएको वनभोज कार्यक्रमलाई यस बर्ष पनि निरन्तरता दिएको छ । पार्टीको नगर समितिको क्यालेण्डरमै हरेक बर्ष पुष २७ मा वनभोज कार्यक्रम गरिने तोकिएअनुसार सोमबार दमक ४ स्थित भट्टराई कुलवंश प्रतिष्ठान परिसरमा समसामयिक राजनीतिक परिवेशमा कांग्रेसको भूमिकाका बिषयमा अन्तरक्रियासहित नाचगान गरेर वनभोज गरिएको हो ।

पार्टी केन्द्रिय सदस्य तथा पूर्वमन्त्री केशबकुमार बुढाथोकीको प्रमुख उपस्थितिमा देउमान थेवे, पुर्णानन्द शर्मालगायत पार्टी नेता, कार्यकर्ता, भातृ संघ, शुभेच्छुक संघसंस्था समेतको सहभागितामा पुनर्मिलन कार्यक्रमसहित वनभोज सम्पन्न गरिएको कांग्रेस दमकका नगर सभापति रोशन विष्टले जानकारी दिए ।

वनभोज कार्यक्रममा गायिका जुनु

प्रसाईंसहित बिभिन्न कलाकारहरुले आफ्नो प्रस्तुती दिएको कांग्रेस नगर सचिव तथा वनभोज आयोजक समितिका संयोजक प्रकाश प्रसाईंले बताए । कार्यक्रममा कांग्रेसका स्थानीय नेता कार्यकर्ताको उत्साहजनक उपस्थिति रहेको थियो ।

भूकम्प सुरक्षा दिवसको अवसरमा प्रभातफेरि

–**सन्दर्भ समाचारदाता**

भद्रपुर । २३ औं राष्ट्रिय भूकम्प सुरक्षा दिवसको अवसरमा झापाको भद्रपुरमा शुक्रबार बिहान प्रभातफेरि निकालिएको छ । जिल्ला विपद व्यवस्थापन समिति झापाको आयोजनामा चन्द्रगढीको लेखनाथ चोकबाट निकालिएको प्रभातफेरी

जिल्ला समन्वय समिति झापाको हलमा पुगेर अन्तरक्रिया कार्यक्रममा परिणत गरिएको थियो । जिसस प्रमुख सोमनाथ पोर्तेलेको प्रमुख आतिथ्यतामा सम्पन्न कार्यक्रममा नेपाल रेडक्रस सोसाइटी झापाका सभापति लोकराज ढकालले स्वागत मन्तव्य व्यक्त गर्दै नेपालमा वि.सं. १८९० देखि २०७२ सालसम्ममा भूकम्पबाट नेपालमा भएको धनजनको क्षतिबारे जानकारी दिए ।

कार्यक्रममा भद्रपुर नगरपालिका प्रमुख जीवन श्रेष्ठ, शघन सहरी तथा भवन निर्माण आयोजना भद्रपुरका प्रमुख राजेन्द्र खतिवडा, आधिकारिक ट्रेड यूनियनका अध्यक्ष लक्ष्मी गुरागाईंलगायतले कमजोर भवन बनाउँदा पुग्ने क्षति, भूकम्पबाट जोगिने आधारभूत जानकारी र नेपाल सरकारले तोकेको मापदण्ड अनुसारको भवन बनाउन गाउँगाउँमा सचेतना कार्यक्रमको आवश्यकता अझै गर्न आवश्यक रहेको बताए ।

जिल्ला प्रहरी कार्यालयका प्रहरी उपरीक्षक सानुराम भट्टराई, सशस्त्र प्रहरी उपरीक्षक रमेशकुमार पाण्डे, अनुसन्धानका निर्देशक तिलक शर्मा, जिल्ला समन्वय अधिकारी रुदै न्यौपाने, कार्यालयका प्रमुख, कर्मचारीहरुलगायत सहभागी प्रभातफेरीमा 'सुरक्षित भवन बनाउन राष्ट्रिय भवन संहिताको अनुसरण गरौं, भूकम्पनीय विपदबाट सुरक्षित हुने सम्पूर्ण नागरिकको अधिकार, घटाऔं भूकम्पको खतरा जागरुक भई, आउला भूकम्प भत्काउला घर, जिउधन जोगाउने हाम्रो कर'लगायतका नारा लेखिएको प्लेकार्ड बोकिएको थियो ।

प्रमुख जिल्ला अधिकारी श्रवणकुमार तिम्सिनाको अध्यक्षतामा सम्पन्न कार्यक्रममा भूकम्प दिवसको अवसरमा नेपाल रेडक्रस सोसाइटी झापाले जिल्ला कारागारमा रहेका कैदी बन्दीका लागि न्यायो ओड्ने १०० थान कम्बल कारागार प्रमुख राजेन्द्र गौतममार्फत हस्तान्तरण गरेको थियो । कार्यक्रममा नेपाल प्रहरी र सशस्त्र प्रहरीले संयुक्त रुपमा भूकम्प आउँदा सुरक्षित रहने तरिका बारे 'डेमो' गरेर देखाएका थिए ।

झापामा सौर्य विद्युत परियोजना

– **सन्दर्भ समाचारदाता**

भद्रपुर । 'झापालीका लागि झापालीद्वारा' नाराकासाथ प्रारम्भ गरिएको सौर्य विद्युत परियोजनाको काम अघि बढेको छ । यो सौर्य विद्युत परियोजना नेपालकै ठूला भएको कम्पनीका प्रबन्ध सञ्चालक सुभाष भट्टराईले बताए । दश मेगावाट सौर्य विद्युत उत्पादन गर्ने योजनासहित दुई वर्ष अघि स्थापना भएको कम्पनीका अध्यक्ष लालबहादुर सावाले बताए । सावाले, झापाको शिवसताक्षी नगरपालिका वडा नं. ३ र ४ मा सोलार प्यानल राख्नका लागि जग्गा खरिद गरिएको बताए ।

झापा इनर्जी लिमिटेडले सोलार प्यानल राख्नका लागि २२ बिघा जग्गा खरिद गरेको छ । आयोजनाको कूल लागत रु. ७९ करोड रहेकोमा रु. ६० करोड बैङ्क कर्जामार्फत स्रोत व्यवस्थापन गरिने उनले जानकारी दिए । कम्पनीले रु. एक लाखदेखि माथि जतिसुकै रकम लगानी गर्न इच्छुक लगानीकर्तालाई आह्वान सावाले बताए ।

आगामी वर्षको पुस १५ सम्ममा परीक्षण उत्पादन गर्ने लक्ष्य लिइएको छ । व्यावसायिक उत्पादन भने २०७८ पुस मसान्तसम्ममा गर्ने लक्ष्य लिइएको सञ्चालक भट्टराईले जानकारी दिए । यहाँबाट उत्पादित विद्युत नेपाल विद्युत प्राधिकरणलाई प्रति युनिट रु। ७।३० का दरले विक्री गर्ने कम्पनीको योजना छ । यसले एक वर्षमा एक करोड ७६ लाख १० हजार युनिट विद्युत उत्पादन गर्ने कम्पनीको दावी छ । कम्पनीले यही वर्षको माघ मसान्तसम्ममा

विद्युत खरिद विक्री सम्बन्धी सम्झौता गरिसक्ने र चैतको पहिलो सातातिर परियोजनाको इपीसी ठेक्का दिने जनाएको छ ।

दुर्घटनामा तीन जनाको ज्यान गयो

भद्रपुर २६ पुस । झापाको शिवसताक्षी नगरपालिकामा गएराती भएको सवारी सडक दुर्घटनामा परेर स्थानीय एक युवाको मृत्यु भएको छ । जिल्ला प्रहरी कार्यालय झापाका अनुसार शनिबार राति साढे ८ बजेतिर मोटरसाईकलवाट दमकदेखि झिलझिलेतर्फ घर जादै गरेका शिवसताक्षी ११ का ३८ वर्षीय छविरमण ढकालको दुर्घटनामा परेर मृत्यु भएको हो । उनी सवार मे ३ प ९८९६ नम्बरको मोटरसाइकलमा अनियन्त्रीत भएर धरमपुरको कमल खोला सडक खण्डमा दुर्घटना भएको थियो । दुर्घटनामा गंभीर भएका उनको राती १० वजेतिर विर्तामोडस्थित विएण्डसी अस्पतालमा उपचारका क्रममा मृत्युभएको प्रहरीले जनाएको छ ।

यसैगरि, हिजो शनिवार साँझतिर जिल्लाको बुद्दशान्ति गाउँपालिका ३ स्थित धाइजन चोकमा मे।१च। ५३९६ नम्बरको पिकअपलाई बिपरित दिशाबाट आउदै गरेको मे २ प ६९८४ नं को मोटरसाईकलले ठक्कर दिदाँ मोटरसाईकलमा सवार अर्जुनधाराका ५० बर्षिय छत्र बहादुर मगरको मृत्यु भएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय झापाले जनाएको छ ।

यस्तै झापाबाट विराटनगर गएका एक युवकको बसभित्रै मृत्यु भएको छ । झापाको केर्खाबाट विराटनगर जाने जनसेवा यातायातको मे १ ख ३३३३ नम्बरको बसमा सवार २६ वर्षीय राजकुमार थापाको बसभित्रै मृत्यु भएको प्रहरीले जनाएको छ । प्रहरीका अनुसार ती युवक आइतबार बिहान केरखाबाट गाडीमा चढेका थिए ।

विराटनगर बसपार्कमा पुगेपछि उनी मृत अवस्थामा भेटिएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय मोरङका डिएसपी मानबहादुर राईले बताए । मृतक थापा मिर्गौला रोगी हुन् । घरबाट उनी उपचारका लागि भन्दै एक्लै 'नेशनल किड्नी सेन्टर विराटनगर गएको खुलेको छ ।

झापामा राष्ट्रिय योग दिवस मनाइयो

– **सन्दर्भ समाचारदाता**

भद्रपुर । 'गरौं योग डटेर, कोभिड जान्छ हटेर' भन्ने नाराका साथ राष्ट्रिय योग दिवस झापामा पनि आज मनाइयो । योग र ध्यान साधनाका लागि उत्तरायण महत्त्वपूर्ण मानिने भएकाले उझापा १ माघ । 'गरौं योग डटेर, कोभिड जान्छ हटेर' भन्ने नाराका साथ राष्ट्रिय योग दिवस झापामा पनि आज मनाइयो । योग र ध्यान साधनाका लागि उत्तरायण महत्त्वपूर्ण मानिने भएकाले उत्तरायण सुरु हुने पहिलो दिन माघ १ गतेलाई राष्ट्रिय योग दिवस घोषणा गरेको हो ।

जिल्ला प्रशासन कार्यालय झापा, जिल्ला आयुर्वेद स्वास्थ्य केन्द्र झापा तथा राष्ट्रिय योग दिवस आयोजक समितिको संयुक्त आयोजनामा छैटौं राष्ट्रिय योग दिवस श्रीकृष्ण द्वैपायन गुरुकुल वेद विद्याश्रम भद्रपुरमा मनाइएको हो । सहभागीहरूले योग तथा माघे सङ्क्रान्तिको लड्डु खाएर दिवस मनाएका थिए ।

कार्यक्रममा झापाका प्रमुख जिल्ला अधिकारी श्रवणकुमार तिमिल्सिना, जिल्ला समन्वय समितिका सभापति सोमनाथ पोर्तेल, भद्रपुर नगरपालिकाका मेयर जीवन कुमार श्रेष्ठ तथा सुरक्षा निकायका प्रमुखहरू लगायतको सहभागिता रहेको थियो ।

जिल्ला प्रशासन कार्यालय झापा, जिल्ला आयुर्वेद स्वास्थ्य केन्द्र झापा तथा राष्ट्रिय योग दिवस आयोजक समितिको संयुक्त आयोजनामा छैटौं राष्ट्रिय योग दिवस श्रीकृष्ण द्वैपायन गुरुकुल वेद विद्याश्रम भद्रपुरमा मनाइएको हो । सहभागीहरूले योग तथा माघे सङ्क्रान्तिको लड्डु खाएर दिवस मनाएका थिए ।

कार्यक्रममा झापाका प्रमुख जिल्ला अधिकारी श्रवणकुमार तिमिल्सिना, जिल्ला समन्वय समितिका सभापति सोमनाथ पोर्तेल, भद्रपुर नगरपालिकाका मेयर जीवन कुमार श्रेष्ठ तथा सुरक्षा निकायका प्रमुखहरू लगायतको सहभागिता रहेको थियो ।

गौरादह नगरपालिकाको समिक्षा बैठक

छैठौं नगरसभाबाट पारित नीति तथा बजेट

गौरादह । गौरादह नगरपालिकाको सम्पन्न छैठो नगरसभाबाट पारित नीति, बजेट तथा कार्यक्रमको समिक्षासहित ६ महिना अवधिको कार्य प्रगति विवरण प्रस्तुत भएको छ । गौरादह नगरपालिकाका नगर प्रमुख रोहित कुमार साहले पारित वजेटको समिक्षासहित सातौ नगर सभामा आर्थिक वर्ष २०७७र७८ का लागि स्विकृत वार्षिक नीति तथा कार्यक्रमको प्रगति विवरण आज प्रस्तुत गरेका हुन् । नगर प्रमुख साहले वार्षिक नीति तथा कार्यक्रमको समिक्षासहित प्रगति विवरण सुनाउनु अघि नगरपालिका, वडा कार्यालय र स्वास्थ्य चौकी कार्यालय भवनका लागि जग्गादान गर्ने ३५ जना जग्गादातालाई अविर लगाई सम्मानपत्रसहित खादा ओढाएर सम्मान गरेका थिए । जग्गादाताहरूलाई नगर प्रमुख रोहितकुमार साह र उपप्रमुख गीता भेटवालले अविरसंगै सम्मानपत्रसहित खादा ओढाएर सम्मान गरेका हुन् ।

नगर प्रमुख साहले चालु आर्थिक वर्षका लागि प्रस्तावित आय व्ययको अवस्था, कोभिड १९ को संक्रमण रोकथाम, उपचार तथा राहत वितरणलगायत सम्पुर्ण कार्यका लागि भएको आम्दानी खर्च विवरण, भौतिक पूर्वाधार निर्माणको अवस्था, चालू आ। व। का लागि स्वीकृत नगर स्तरिय योजनाहरूको विवरण, स्वास्थ्य संस्थाहरूबाट सेवा लिएका सेवाग्राहीको विवरण, आयुवेर्द सेवा, शिक्षा क्षेत्रमा शिक्षण सिकाई कार्यक्रम संचालन, कृषि , पशु, महिला बालबालिका तथा जेष्ठ नागरिकहरूलाई दिईएको स्वास्थ्य सेवा, सामाजिक सुरक्षा प्रतिवेदन प्रस्तुत गरेका थिए ।

गौरादह नगरपालिकाको सातौ नगरसभालाई सम्बोधन गर्दै नगर प्रमुख साहले नगरको जम्मा वेरूजु पछौट ५ करोड ३९ लाख ९३ हजार ३ सय १९ रूपैयाँमध्ये २६ लाख ७९ हजार ८ सय ३१ रूपैयाँ फछौटका लागि कागजात पेश भएको बताएका थिए । हालसम्मको नगरपालिकाको चालु आर्थिक वर्षमा सम्पादन गर्नु पर्ने निर्धारित कार्यको कुल मुल्यांकन गर्दा ६० प्रतिशत मात्र प्रगति भएको नगरप्रमुख साहले जानकारी दिएका थिए । नगर प्रमुख साहले भौतिक पूर्वाधार तर्फको उपभोक्ता समितिबाट गरिने निर्माण कार्यको सम्बन्धमा सम्झौता कार्य माघ मसान्त भन्दा पछि नगर्ने, उपभोक्ता समितिले गर्ने

बाँकी पृष्ठ ४ मा

महिला उद्यमी संघ झापा देशभरकै उत्कृष्ट

– **सन्दर्भ समाचारदाता**

भद्रपुर । महिला उद्यमी महासंघका ५० वटा जिल्ला संघ मध्ये महिला उद्यमी संघ झापा देशभरकै उत्कृष्ट भएको छ ।

उत्कृष्ठ शाखाका रूपमा झापालाई महिला उद्यमी महासंघको मंगलबार सम्पन्न १७ औ बार्षिक साधारणसभा सम्मान तथा पुरस्कृत गरिएको महासंघकी केन्द्रीय सदस्य तथा १ नं। प्रदेश संयोजक गोमा भट्टराईले

जानकारी दिनुभयो । देशभरकै उत्कृष्ठ बन्न सफल महिला उद्यमी संघ झापाले विगत तीनवर्षयता सामुहिक सयपत्री फुल तथा तरकारी खेती गर्दै आएको छ ।

त्यस्तै महिला उद्यमी संघ चितवन दोश्रो र पाल्पा तेश्रो तथा इलामलाई सान्त्वना पुरस्कार प्रदान गरिएको थियो । साधारणसभा महासंघका अध्यक्ष रिता सिम्हाको अध्यक्षतामा साधारणसभा सम्पन्न भएको हो ।

विपन्न बालबालिकालाई न्यानो टोपी

– **सन्दर्भ समाचारदाता**

गौरीगंज । गौरीगंज गाउँपालिका वार्ड नं. ६ खजुरगाछीका एक युवा व्यवसायीले अति विपन्न परिवारका बालबालिकालाई न्यानो टोपी प्रदान गरेका छन् । गौरीगंज - ६ खजुरगाछी बस्ने युवा व्यवसायी केशव ढुङ्गाना र रक्षा ढुङ्गानाले आफ्नी छोरी प्रगतिको जन्मोत्सवको अवसरमा ५० जना वालवालिकालाई न्यानो टोपी प्रदान गरेका हुन् । युवा समाजसेवी ढुङ्गाना दम्पतिले गौरीगंज ६ खजुरगाछीका संथाल, मुसहर र महतो परिवारका

बाँकी पृष्ठ ४ मा

प्रधानमन्त्रीलाई 'मै क्या करुँ' भन्ने छुट छैन

काठमाडौं । प्रधानमन्त्री केपी शर्मा ओलीका दुई विदेशी भाषामा प्रशारित अन्तर्वार्ता आजका मितिसम्म चर्चाको शीर्ष स्थानमा छ । ओलीले अंग्रेजी र हिन्दीमा दिएका अन्तर्वार्ता नेपालको राष्ट्रभक्तिले ओतप्रोत भएको भन्ने टिप्पणीहरु सुन्न पाईन्छ । सधैं उनलाई आलोचना र निन्दाले टक्टक्याउने समूहहरु समेत राष्ट्रियताको पक्षमा दरो अडान लिएको भनेर यत्तिका लागि ओलीलाई धन्यवाद दिन पछि परेनन् । 'असंवैधानिक तरिकाले प्रतिनिधिसभा बिघटन गरेर अधिनायकवादी शासन शैली प्रस्तुत गरेका' ओली एकजोर अन्तर्वार्ताले आफू विरुध्द चलिरहेका सबै आलोचनाको प्रहार मत्थर पार्न सफल भएका देखिए ।

प्रधानमन्त्री ओलीको यो अडान रणनीतिक चातुर्य बोकेर आएको छ कि वास्तविकतामा आधारित छ भनेर परख गर्न त निर्वाचनसम्म पर्खनै पर्छ । त्यसका लागि यतिबेला सबीच्च अदालतको फैसलाको प्रतिक्षाको कुनै विकल्प छैन । कतिपयको भनाई के छ भने प्रधानमन्त्री ओलीको अन्तर्वार्तामा रणनीतिक चालबाजी लुकेको छ । उनलाई राष्ट्रवादी देखाएर राष्ट्रिय राजनीतिमा ठूलै चलखेलको दाउपेच हुनसक्छ । प्रतिनिधिसभा बिघटन सदर भयो भने यही आधारमा आगामी निर्वाचनमा ओलीको नेतृत्वमा सम्भवत बहुमतको सरकार बन्ने छ । त्यसो नभएपनि ओली नेतृत्वको नेकपा ठूलो दल बन्ने छ र नेपाली कांग्रेससँग सहकार्य गरेर अघि बढ्न सक्छ । यही मार्गचित्रमा सहमत भएर ओली र नेपाली कांग्रेसका सभापति शेरबहादुर देउवा अघि बढेको एकथरीको भनाई छ । देउवा बिघटन विरुध्द सडकमा जान हिच्किचाउनु यसको मुख्य कारण भनिएको छ । यसको अन्तर्य के हो भनेर थाहा पाउन पनि केही समय पर्खनै पर्ने छ ।

पुस ५ मा प्रतिनिधिसभा बिघटन गरिएपछि मौसम चिसिए जस्तै राजनीति पनि कठाँग्रिएको छ । दुइ समूहमा विभाजित नेपाल कम्युनिस्ट पार्टीका शीर्षस्थ नेताहरुको दन्तबझानले चिसिएको राजनीतिलाई तताउने कुनै छाँटकाँट देखिँदैन । उनीहरुको शब्दवाणले पर्यावरणमा पनि असर पार्ने सामर्थ्य राख्थ्यो भने काठमाडौंको चिसो हटेर सम्भवत तराईमा लाग्ने लू नै लागिसकेको हुनसक्थ्यो । तर समय

बदलिईसकेको छ, नेताहरुको बोलीको वजन यति चाँडै कति फिका र हलुका हुनपुगेछ भने त्यसले कुनै तरंग उत्पन्न गर्न सकिरहेको देखिँदैन । समयको यो परिवर्तन र समाजको चेतनाको कम्पन चाल नपाउने नेताहरुको भविष्य अब कस्तो हुने हो ? सबीच्चमा बिचाराधीन मुद्दा किनारा नलागेसम्म प्रतीक्षा गर्नैपर्ने हुन्छ ।

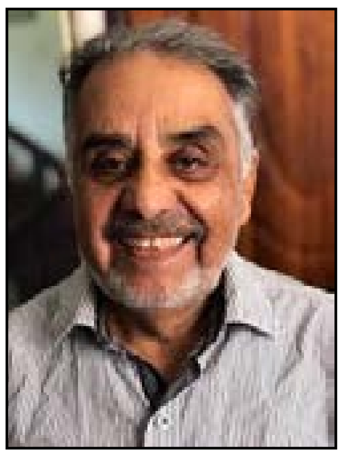
नेकपा दाहाल - नेपाल समूहले सडक तताउन सकेन । न त कांग्रेसका वरिष्ठ नेता रामचन्द्र पौडेलको रहरले सरकार विरोधी आन्दोलनको जोर पक्रिन सक्यो । राजनीतिक दल बाहेक अन्य क्षेत्रको प्रयाश पनि त्यति प्रभावकारी हुन सकिरहेको देखिँदैन । असंवैधानिक तरिकाले प्रतिनिधिसभा बिघटन गरिएको घटना विरुध्द आममानिसमा कस्तो धारणा छ भनेर स्पष्ट चित्र बाहिर आउनै सकेन । आममानिसमा राजनीतिप्रति उदासिनता बढेको हो कि जस्तो देखिएको छ । यो चिन्ताको बिषय हो । सरकार बाहिर रहेका दलहरु र नागरिक संगठनहरुको आव्हान समेत प्रभावकारी हुननसक्नुले सर्वसत्तावादी प्रवृत्तिलाई नै प्रोत्साहन मिल्ने खतरा देखिन्छ । सर्वत्र दलीय संलग्नता र नाजायज प्रभावको परिणाम स्वरुप यस्तो उदासिनता भएको हुनसक्छ । सबै आन्दोलनका उपलब्धिहरु दलीय कलहका कारण स्खलित हुँदै जानाले पनि आममानिसमा चरम निराशा बढेको हो हुनसक्छ । अहिले त दुइतिहाई बहुमतको सरकार समेत टिक्न नसक्नु अहिलेसम्मकै ठूलो राजनीतिक असफलता हो भन्नेमा कुनै शंका रहेन । यसबाट गरिखाने वर्ग सबैभन्दा बढी निराश छन् भने राज्यका विभिन्न अंगमा कार्यरत राष्ट्रसेवक समेत अन्यमनष्क अवस्थामा देखिन्छन् । यो दुबै अवस्था लोकतन्त्रको भविष्यका लागि ठूलो चिन्ताको बिषय हो ।

यतिबेला दलहरुको विभाजित अवस्था र मानसिकताले समाजका हरेक क्षेत्रमा असर पारेको देखिन्छ । नेकपाको विभाजित अवस्थाले समाजको तल्लो तहसम्म विवादको बिजारोपण गरिसकेको छ । घरघरमा यो विवाद पसेको छ भने पेशा व्यवसाय समेत ओझेलमा परेका छन् । जननिर्वाचित स्थानीय निकायमा विभाजनको प्रत्यक्ष असर परेको छ भने यसले सेवाग्राहीलाई सोझो मर्का परिरहेको देखिन्छ । गाउँपालिका तहमा हुने नियमित कामहरु अवरुध्द भएकाले वार्षिक बजेट समेत खर्च नहुने र भैहाले पनि दुरुपयोग हुने जोखिम बढकेको बताईन्छ । त्यसैगरी अर्को ठूलो दल नेपाली कांग्रेस समेत प्रतिनिधिसभा बिघटनको बिषयमा मानसिक रुपले एक छैन । सभापति शेरबहादुर देउवा सबीच्च अदालतको फैसला पर्खनुपर्ने पक्षमा छन् भने वरिष्ठ नेता रामचन्द्र पौडेल प्रतिनिधिसभा पुनस्थापनाको पक्षमा आन्दोलन गर्न चाहन्छन् । पार्टीका मुख्य दुइ नेताको यस्तो फरक धारणा र अडानले पनि गाउँको तल्लो तहसम्म असर परिरहेको देखिन्छ । मुख्य दुइ ठूला दलमा आसन्न विभाजनले केवल उनीहरुको संगठनमात्र प्रभावित भैरहेको होइन कि सिंगो समाज र देश नै यसको मूल्य चुकाउन वाध्य बनाईएका छन् । यस्तो अवस्थामा सरकार चल्नका लागि मात्र चलिरहेको देखिन्छ भने अरु निकाय र क्षेत्रहरु अलमलमा देखिन्छन् ।

प्रधानमन्त्री ओलीको अन्तर्वार्ताले ध्रुवीकरण गरेको जनमत देशका लागि के कति उपयोगी हुन्छ भन्ने कुरा त बहसकै बिषय हो । तर आश्वासन, भाषण र विभाजनले परिरहेको मानसिक र भौतिक असर भने देशका लागि महँगो सावित हुँदै गएको कुरा भने चिन्ताको बिषय हुनुपर्ने हो । यस्तो अवस्थामा हिन्दी भाषाको अन्तर्वार्तामा प्रधानमन्त्रीले भने झैं 'मै क्या करुँ' भनेर उम्किन भने सजिलो देखिँदैन । यो राष्ट्रिय अलमलको जवाफदेहिताबाट प्रधानमन्त्री ओली उम्कन मिल्ने छैन । त्यसैगरी राजनीतिक अस्थिरताका लागि निरन्तर योगदान गरिरहेका अरु नेताहरु पनि पानीमाथिका ओभानु छैनन् भन्ने कुरा मतदाताले हिसाब राखेकै होलान् ।

–सरल समाचार विश्लेषण

प्रधानमन्त्रीले संविधान नै विघटन गरिदिए



–दमननाथ ढुङ्गाना

काठमाडौं । पूर्वसभामुख दमननाथ ढुंगानाले प्रधानमन्त्री केपी शर्मा ओलीले प्रतिनिधिसभा मात्र नभइ संविधान नै विघटन गरिदिको बताएका छन् । सोमबार काठमाडौंमा संविधानसभा सदस्य मञ्चद्वारा आयोजित अन्तरक्रिया कार्यक्रममा उनले भने, 'संविधानमा विघटनको व्यवस्था छैन भन्ने बुझेर पनि बल मिच्याई गरि प्रतिनिधिसभा विघटन गर्नुभएको छ । यो संविधानको विघटन हो ।' उनले यो संविधानले राम्रो व्यवस्था होइन, तानाशाह नै पो जन्माएको हो कि भन्ने आशंका आम रुपमा उठ्ने भन्दै यसको निरुपण हुनुपर्ने बताए ।

ढुंगानाले न्यायालयमाथि नागरिकले प्रश्न उठाउने अवस्था नआओस् भन्ने कामना गरे । उनले भने, ' अदालतको पनि जवाफदेहिता छ । सडकबाटै भोलि न्यायाधीश तान्ने दिने आउला । फिलिपिन्समा त्यस्तो भएको छ । बलिदानी प्रधानमन्त्री भएको देशमा ज्ञानी न्यायाधीश छन् । यदि अहिलेको कदम सच्चिएन भने संविधान खारेज हुन्छ ।'

उनले राष्ट्रियसभाको अधिवेशन पनि नाटकीय रुपमा अन्त्य भएको बताए । 'हिजो नाटकीय हिसाबले राष्ट्रियसभाको अधिवेशन बन्द गरिदिनुभयो ।' अदालतले संसद विघटनको निर्णय बदर नगरेमा संविधान नै बदर गरेसरह हुने ढुंगानाको दावी छ । उनी भन्छन् - 'संविधान हेर्ने हो भने ससंद पुनःस्थापना हुन्छ । अदालतले पुनःस्थापना नगर्ने हो भने संविधान नै खारेज गरिदिएपनि हुन्छ ।' उनले अदालतबाट संसद पुनःस्थापना हुने विश्वास व्यक्त गर्दै अदालतबाट नभए सडकबाट पुनःस्थापना गर्नुपर्ने अवस्था आउनसक्ने बताए ।

कांग्रेस...

घामबाट जोगाउनु होला । हलो जोत्न पनि नदिनुस् । गाई गोठालो पनि भरसक नबनाउनुस् । रुखको शितल छहारीमा राख्नुस् । यति गर्नु भो भने बा आफैं हिँड्ने मात्र हैन कसैको सहाराबिनानै गुटुटु कुद्न सक्नुहुन्छ । यी सबै औषधि स्वदेशमै उपलब्ध छन्, बिदेश दौडिनै पर्दैन । भारततिर त झन् जाँदैनजानु । बुझ्नु भो त ? देउवाले बुझेको भावमा टाउको हल्लाउनु भो । बालाई सहारा दिँदै अस्पतालबाट बाहिर निस्किनु भो । हेर्दै जाउँ- डाक्टरको सल्लाह कत्तिको मान्नु हुने हो ?

हुन त उखान नै छ- के जाती को पुच्छर, खै के ? खै के ????

विपन्न...

वालवालिकालाई न्यानो टोपी वितरण गरेको हो ।

चिसोयाममा बालवालिकाहरू बढी प्रभावित हुने भएकोले विपन्न परिवारल वालवालिकालाई सानो सहयोग गरेको युवा व्यवसायी ढुङ्गानाले बताए । ढुङ्गाना दम्पति हाल चीनको गुन्जाओ सहरमा ८ वर्षदेखि बसोवास गर्दै आएका छन् । तकसुन टेक्नोलोजी हङ्कङ लि. कम्पनीका प्रमुख युवा व्यवसायी ढुङ्गानाले भारत, नेपाल, बंगालादेश र श्रीलङ्कामा आफ्नो व्यवसाय विस्तार गरेका छन् । गौरीगंज गाउँपालिका वार्ड नं। ६ बस्ने जगन्नाथ ढुङ्गाना र दुर्गा देवीका छोरा केशवले यस अघि छोरीको जन्मोत्सवमा खजुरगाछी मावि कक्षा १० मा अध्ययनरत प्रथम छात्रा कृतिका श्रेष्ठलाई छात्रवृत्ति प्रदान गरेका थिए ।

गौरादह...

बहु बर्षे प्रकृत बाहेक को म्याद थप नगर्ने र असाढ १५ गते भन्दा पछि भुक्तानीका लागि पेश हुने कागजात विलभर्पाई भुत्तानी दिन कार्यालय बाध्य नहुने जस्ता नीति अवलम्वन गरिने सम्बोधनका क्रममा बताएका थिए । गौरादह नगरपालिका अन्तरगत लामो समय देखि ठेक्का सम्झौता भई हाल सम्म पनि कार्य सम्पादन भई नसकेका, सम्पादित कार्यको मुल्यांकन गर्ने आधार र प्रमाण नभएकाले ३ वटा योजनाको ठेक्का भङ्ग गरि कानुनी प्रकृया अगाडि बढाउन अनुमोदनका लागि नगर प्रमुख साहले सभामा पेश गरेका थिए ।

लक्की कन्सट्रक्सन एण्ड ईन्जिनियर विल्डर्स विर्तामोडले ठेक्का लिएको प्रदानन्द सापकोटको घर पुर्वबाट जुरोपानी जोड्ने मुल सडकसम्मको सडक विस्तार तथा ग्राभेल गर्ने कार्य, वर्ल्ड ट्रेड कन्स्ट्रक्सन कम्पनी प्रा.लि. दमकले सम्झौता गरेको रंगिन जस्ता पाता खरिद आपूर्ति र स्यालो टुवेल खरिद आपूर्ति ठेक्का सम्झौता रद्द गर्नका लागि सभामा पेश भएको थियो ।

त्यसैगरी कोभिड - १९ को संक्रमणको रोकथाम र उपचार गर्ने क्रममा हालसम्मको कार्यालयबाट खरिद र भुत्तानी गरिएको खाद्यान्न विवरण ९ पहिलो र दोस्रो चरणमा जम्मा ० अनुमोदनका लागि नगर सभामा पेश भएको छ । हालसम्म कार्यालयबाट ७२ लाख १८ हजार १ सय ७६ रूपैयाँको १,७६३६० केजी चामल, १४ लाख ८६ हजार २ सय २३ रूपैयाँको १३२०९ केजी दाल, १६ लाख ५ हजार ५ सय ९३ रूपैयाँको १०३०० लिटर तेल र १ लाख ९६ हजार ७ सय ८० रूपैयाँको १०२०३ केजी नुन खरिद भएको विवरण प्रस्तुत भएको हो । उत्त विवरणको सम्पुर्ण हिसाब विवरण सबै नगर सभा सदस्यहरूलाई अनुमोदनका उपलब्ध गराएको छ ।

त्यसैगरी गौरादह नगरपालिकाभित्र रहेका क्वारेन्टाइनहरूमा गएको खाद्यान्न विवरण उपलब्ध गराईएको छ । गौरादह नगरपालिकाको स्वास्थ्य चौकी जुरोपानी, प्रगति मावि जुरोपानी, जनता मावि गौरादह, कृषि क्याम्पस गौरादह, स्कुलचौन मावि स्कुलचौन, स्वास्थ चौकी स्कुलचौन, बैगुनधुरा मावि वैगुनधुरा, नमुना खेति होमस्टे स्कुलचौन, सामुदायिक भवन जुरोपानीलगायतका क्वारेन्टाइनमा ५२५० केजी चामल, १४५० केजी दाल, ४८० लिटर तेल र ३३१ केजी नुन वितरण भएको जनाएको छ ।

नगरपालिकाबाट असहाय तथा गरिबका लागि ८७० केजी चामल, ५० केजी दाल र ८ केजी नुन वितरण भएको विवरण भएको जनाईएको छ नगरसभामा प्रकोप व्यवस्थापन कोषबाट भएको खर्च विवरणसमेत उपलब्ध गराएको छ । नगरपालिकाले कोरोना भाईरसको संक्रमणको उपचार र रोकथामका लागि प्रकोप व्यवस्थापन कोषबाट ३९ लाख ८१ हजार ४ सय ६२ रूपैयाँ खर्च भएको जनाएको छ । नगरपालिकाले मास्क र गाउन, पिपिई, सेनिटाईजर, क्वारेन्टाइन र आईसोलेसनमा खाना र नास्ता खर्च, तरकारी फलफुल, क्वारेन्टाइन आईसोलेसनमा भान्से, सुरक्षा गार्ड, हेल्फरको तलब भत्ता, एम्बुलेन्सको ईन्धन खर्च, औषधि, धारा, विजुली, फर्निचर, प्रचार प्रसार, निर्माण र मर्मत सरसफाई र क्वारेन्टाइनहरू र आईसोलेसनमा कपडा लुगाओडने ओछ्याउने शिर्षकमा खर्च गरेको छ ।

नगरपालिकाकी उपप्रमुख गीता भेट्वालले स्वागत गरेको कार्यक्रमको सञ्चालन प्रमुख प्रशासकिय अधिकृत राजेन्द्र भट्टराईले गरेका थिए । माघ ९ गते पुनः बस्ने गरि नगरसभाको पहिलो सत्र सम्पन्न भएको थियो ।

शेरबहादुरलाई सुजाताको चेतावनी

काठमाडौं । नेपाली कांग्रेसकी नेतृ सुजाता कोइरालाले सभापति शेरबहादुर देउवा संविधानको रक्षाको पक्षमा नलागेर प्रधानमन्त्री केपीशर्मा ओलीको पक्षमा उभिएको भनेर आलोचना गरेकी छन् । उनले प्रतिनिधिसभा पुनःस्थापना नगरिकनै चुनाव गर्न खोजे देशमा रक्तपात हुने चेतावनी समेत दिएकी छन् ।

माघे संक्रान्तिकै दिन कांग्रेस केन्द्रीय सदस्य कोइरालाले देशलाई रक्तपात हुनबाट जोगाउन प्रतिनिधिसभा पुनःस्थापनाको विकल्प नभएको बताईन् । सभापति देउवाले संविधानको विपक्षमा उभिएर गम्भीर गल्ती गरिरहेको पनि कोइरालाको टिप्पणी छ ।

असंवैधानिक तरिकाले प्रतिनिधिसभा बिघटन गरिएको अवस्थामा देउवाले रक्तपात हुनसक्ने चुनावको कुरा गर्नुले आशंका उत्पन्न भएको समेत उनको भनाइ छ । नेत्री कोइरालाले यसबारे केन्द्रीय कमिटी बैठकमा प्रश्न उठाउने समेत बताएकी छन् ।

'शेरबहादुर देउवाजी किन संविधानको पक्षमा हुनुहुन्न ? ओलीको पछि किन लागिरहनुभएको छ आश्चर्य लागेको

छ । उहाँ रक्तपात हुनसक्ने चुनावको कुरा गर्दै हुनुहुन्छ । तर, आफैँले ल्याएको संविधान र संसदको विपक्षमा किन बोलिराख्नुभएको छ, त्यो गलत हो,' नेत्री कोइरालाले भनिन् ।

देशमा अर्को रक्तपात ल्याउने अवस्था आइरहँदा देउवाले बारम्बार चुनावको कुरा गरेकोमा उनले आपत्ति जनाएकी छन् । कोइरालाले भनिन्, चुनावमा रक्तपात हुन्छ । देउवाजी ओलीको पक्षमा उभिएर मुलुकलाई रक्तपात र अस्थिरतामा नलानुहोस् ।'

३० वर्षदेखि देउवा बारम्बार प्रधानमन्त्री बन्दैआएको स्मरण गर्दै देउवा फेरि प्रधानमन्त्री बन्न सक्ने तर त्यसभन्दा अघि प्रतिनिधिसभा पुनस्थापना गर्नुपर्ने उनको भनाई छ । कोइरालाले कांग्रेस प्रतिनिधिसभा पुनःस्थापनाको पक्षमा आन्दोलनमा गइसकेको पनि बताइन् । प्रतिनिधिसभा पुनःस्थापना बिना कांग्रेस चुनावमा नजाने पनि ठोकुवा गरिन् ।

यस्तै प्रधानमन्त्री केपी ओलीलाई पनि उनले रङ्ग बदलिरहने र बिचार बदलिरहने भएकाले उनलाई विश्वास गर्न नसकिने बताइन् । कोइरालाले भनिन्, 'ओलीजीलाई म विश्वास गर्न सक्दिनँ । अरुले पनि विश्वास गर्न छाडिसके । ओलीमा मीठो भाषण गर्ने र गलत काम गर्ने कार्यशैली छ । हिटलर पनि मीठो भाषण गर्थे, उनको भाषण सुनेर महिलाहरु रुन्थे तर उनले रक्तपात मच्चाए ।'

अभिनेत्री मनिषा कोइरालाले पृथ्वीनारायण शाहको

शालिकमा माल्यार्पण गर्न अवरोध गरेकोमा विरोध गरेकी छिन

काठमाडौं । अभिनेत्री मनिषा कोइरालाले सरकारले पृथ्वीनारायण शाहको २९९ औँ जन्मजयन्तीका अवसरमा सिंहदरबार अगाडि रहेको शालिकमा मालूयार्पण गर्न अवरोध गरेकोमा विरोध गरेकी छिन् ।

पृथ्वी जयन्तीका दिन रत्नपार्कबाट निस्केको जुलुशको नेतृत्व गर्दै सिंहदरबारतर्फ जाँदै गर्दा मनिषालाई प्रहरीले भद्रकालीमै रोकेको थियो। उनले भनेकी छिन्, 'मलाई भद्रकालीमा रोकियो, राष्ट्रको नायकप्रति श्रद्धाञ्जलिसम्म दिन दिइएन ।'

प्रहरी अवरोधपछि मनिषाले भनिन्, 'मैले राष्ट्रनायकप्रति श्रद्धाञ्जलि दिन चाहेको थिएँ, तर प्रशासनले रोक्यो ।' उनले ट्वीट गर्दै सरकारी अवरोधप्रति विरोध प्रकट गरेकी छन् । उनले सरकारले निन्दनीय कार्य गरेको बताएकी छन् । उनले लेखेकी छन्, 'पृथ्वी नारायणको शालिक अगाडी नै सरकार को यो आपत्तिजनक कार्य ? पानीको फोहरा र टियर ग्यास सहितनै तैनात प्रहरीलाई पठाउने, सरकार के नेपालीको सरकार नै हो ?'

मनिषाले बोल्न तयार गरेको बिचार यस्तो थियोः–

"पृथ्वीनारायण शाहले सूर्य र चन्द्रमाको झण्डा फहराएर टुक्राटुक्रामा विभाजित बाइसे चौबिसे राज्यहरुलाई सूर्य र चन्द्रमामा अंकित झण्डामुनि एक सूत्रमा बाँध्ने काम गरे । उनले

नेपाल राष्ट्रको निर्माण नगरेको भए, हामीले के एक स्वाभिमानी र स्वतन्त्र नेपाली हुनुको गौरव गर्न सक्ने थियौँ र १ के बुद्ध जन्मेको लुम्बिनी, जनक र सीता जन्मेको मिथिला र विश्वको ताज सगरमाथाको देशको नागरिक हुनुको गौरव गर्न पाउने थियौँ त ?

करीब ३०० वर्षअगाडि हामीलाई साझा 'नेपाली' राष्ट्रिय पहिचान दिने श्री ५ बडामहाराजधिराज पृथ्वी नारायण शाहलाई श्रद्धाञ्जली दिन हामी यहाँ भेला भएका छौँ उहाँको जन्मदिनका अवसरमा । यहाँ हामी समस्त विवेकशील र स्वाभिमानी नेपालीहरुका प्रतिनिधिका रुपमा उपस्थित छौँ, हाम्रा राष्ट्र निर्मातालाई हामीले ससम्मान सम्झनुपर्छ भन्ने उदाहरण पेश गर्न।पृथ्वीनारायण शाहले शासन गर्नका लागि मात्र भौगोलिक एकीकरण गरेका थिएनन। उनले एउटा सभ्य, उन्नत, राजा र जनताबीच सहकार्यमा आधारित आधुनिक राज्यको जग पनि हालेका थिए। आज हामीलाई मुलुकमा कुन विषयले बढी पिरोलिरहेका छन् त१ इतिहासमै पराधीन नरहेको हाम्रो यो मुलुकले स्वतन्त्रता गुमाउला कि१ हामीले टाढा र नजिकका मुलुकहरुप्रति समानताका आधारमा हैन, समर्पणको व्यवहार त अपनाएनौँ ? आज शासक भष्ट बनेका छन् । पृथ्वीनारायण शाहले भनेको जस्तो ' जनता मोटा भया दरबार बलियो हुन्छ' भन्ने मान्यताको ठीक विपरीत दरबारमात्र मोटाएका छन। जनता दरिद्र र गरिब भएका छन्, यस्तो अवस्था किन आयो ? आज मुलुकलाई 'एक हैन खण्डित' बनाउने षड्यन्त्रमा हामी किन छौँ ? छोटकरीमा पृथ्वीनारायण शाहले जे भने र जे गर्न चाहन्थे, त्यसको ठीक उल्टो हामीले गरिरहेका छौँ, भोगिरहेका छौँ ।

२०६३ वैशाखको परिवर्तन लगत्तै राष्ट्र निर्माताको 'हिरो' हैसियत खोसेर उनलाई खलनायक बनाउने प्रयास नै राष्ट्रविरुद्ध षड्यन्त्रको शुरुवात थियो। आउनुस आजको दिन हामी प्रण गरौँ, त्यो षड्यन्त्रलाई समूल नष्ट गर्न, उनी र उनका सिद्धान्तलाई सदा सम्मान गर्न र नेपाललाई एक स्वतन्त्र समृद्ध र एकतावद्ध राष्ट्रका रुपमा अगाडि लैजान ।"