कृषिप्रधान देशमा खोइ कृषि ऐन ? । पृष्ठ ५ मा

विकास खबरपत्रिका राष्ट्रिय साप्ताहिक

कार्यालय:
थाहा नगरपालिका-४
मकवानपुर
सम्पर्क नं.
९८०७१५३३००
इमेल:
bikaskhabar@gmail.com

प्रेस काउन्सिलबाट 'क' वर्गको मान्यता प्राप्त

विकास

www.bikaskhabar.com खबरपत्रिका साप्ताहिक

● मकवानपुर, वर्ष-१४, ● अंक-०३ ● २०७८ साउन १८ गते सोमबार, ● 02 Aug. 2021, ● नेपाल सम्वत्-११४१, ● पृष्ठ-६, ● मूल्य रु. १०/-

भेटियो दुर्लभ 'भोटेलहरा'

◆ विकास संवाददाता

सङ्कटापन्न वन्यजन्तु तथा वनस्पतिका प्रजातिको अन्तर्राष्ट्रिय व्यापार महासन्धि (साइटिस महासन्धि)को अनुसूची-३ मा सूचिकृत दुर्लभ वनस्पति 'भोटेलहरा' मकवानपुरमा भेटिएको छ । वानस्पतिक अन्वेषण तथा सर्वेक्षणबाट नेपालको तनहुँ, सङ्खुवासभा र मकवानपुरमा मात्र पाइने भनिए तापनि पछिल्लो समयमा मकवानपुरमा भोटेलहरा लोप भइसकेको अनुमान गरिएको थियो। पछिल्लोपटक मकवानपुर स्थित वनस्पति अनुसन्धान केन्द्रमा सरूवा भई आउनुभएका वरिष्ठ वैज्ञानिक अधिकृत रघुराम पराजुलीले खोजको क्रममा भोटेलहरा फेला पारेका हुन् । यो ताजा खोजले नेपालको प्रकृतिमा दुर्लभ भोटेलहरा छ भन्ने पुनः एकिन भएको छ ।

खोजको क्रममा मकवानपुरको बकैया गाउँपालिकास्थित ठिङ्गन क्षेत्रमा दुर्लभ भोटेलहरा फेला परेको बरिष्ठ बैज्ञानिक अधिकृत पराजुलीले जानकारी दिए । 'खोजको क्रममा हालसम्म मकवानपुरमा आठवटा भोटेलहराका विरूवा फेला परेका छन्, खोजी कार्य अझै जारी छ,' उनले भने । वनस्पति विभागबाट मकवानपुर सरूवा भएर आउनेवित्तिकै पराजुलीले मकवानपुरमा सङ्कटापन्न वनस्पतिको रूपमा रहेको भोटेलहराको खोजी गर्नुपर्छ भन्ने सोच राखेका थिए । 'वानस्पतिक अन्वेषण तथा सर्वेषणबाट नेपालको तनहुँ, संखुवासभा र मकवानपुरमा मात्र पाइने थाहा लागेको थियो, तर मकवानपुरमा वृन्दावन क्षेत्रमा पाइने भनिएको भोटेलहरा सो क्षेत्रमा नभेटिएपछि थप खोजी गर्न थालेको थिएँ' उनले बताए । भोटेलहराको खोजीमा पराजुलीको साथमा वनस्पति अनुसन्धान कार्यालयका कर्मचारीहरूसमेत लागि परेका थिए ।

मकवानपुरको मनहरी, लोथर, फापरवारी, गढी, भैँसे, चुरियामाई, भिमफेदी लगायतका क्षेत्रमा खोजी गर्दा पनि नभेटिएपछि मकवानपुरबाटै लोप भएको होकि भन्ने शंका उब्जिरहेको बेला यात्राको क्रममा ठिङ्गनमा भोटेलहराको बोट भेटिएको पराजुलीले बताए। 'कान्ति लोकपथ हुँदै काठमाडौँ जाँदै थिएँ, बकैया गाउँपालिका वडा नम्बर ११ को सिमात खोलाको पुलनजिक गाडी रोकेर २ सय मिटर जति भित्र खोजी गर्दा भोटेलहराको बोट भेटियो' उनले खुशी हुँदै भने । भोटेलहराको बोट भेटिएपछि त्यसको सानो हाँगा लिएर राष्ट्रिय हर्वेरियम तथा वनस्पति प्रयोगशालाका लागि लगेको र सो क्रममा वनस्पति विभागका महानिर्देशकलाई समेत देखाएको उनले सुनाए ।

पराजुली काठमाण्डौँबाट फर्किएपछि सोही क्षेत्रमा गएर खोजी गर्दा अरू थप ७ बोट फेला परेका हुन् । पराजुलीलाई भोटेलहरा खोज्न बकैया गाउँपालिका वडा नम्बर ११ का वडा अध्यक्ष गोपालबहादुर नेसुर, सिउले सामुदायिक वन उपभोक्ता समूहका अध्यक्ष इन्द्रबहादुर स्याङ्तान र स्थानीय बासिन्दाले सहयोग गरेका थिए। भेटिएका भोटेलहराका बोटलाई अहिले तारबार सहित संरक्षण गर्नुका साथै सो स्थानमा सूचनामुलक बोर्डसमेत राखिएको बकैया गाउँपालिका-११ का वडा अध्यक्ष नेसुरले बताए ।

भोटेलहरा खोज्ने क्रममा अनुसनधानकर्ता पराजुलीले भोटेलहराको बोट फेला पार्ने व्यक्तिलाई रू. एक हजार प्रोत्साहनस्वरूप उपलब्ध गराउने घोषणासमेत गरेका थिए। सो घोषणापछि स्थानीयले थप ५ वटा भोटेलहराको बोट फेला पारेपछि मकवानपुरमा भेटिएका भोटेलहराको सत्त्या ८ पुगेको बरिष्ठ बैज्ञानिक अधिकृत पराजुलीले जानकारी दिए। फेला परेका ८ मध्ये फलसहितको भोटेलहरासमेत छन् ।

के हो भोटेलहरा ?

वरिष्ठ बैज्ञानिक अधिकृत पराजुलीका अनुसार भोटेलहरा सङ्कटापन्न सूचीमा रहेको वनस्पति हो । नेपालमा यसको प्राकृतिक उपलब्धताको सुनिश्चित गर्नुमै यसको महत्व रहेको छ । वनस्पति विज्ञानमा निटासी परिवारमा पर्ने निटम जातिको वनस्पतिका विश्वभर करिब ४० प्रजाति रहेको अध्ययनहरूले देखाएका छन् । जसमध्ये नेपालमा पाइने प्रजाति निटुमोन्टलम हो ।

यसको स्थानीय नाम भाटेलहरा हो । सङ्कटापन्न वन्यजन्तु तथा वनस्पतिका प्रजातिको अन्तर्राष्ट्रिय व्यापार महासन्धि (साइटिस महासन्धि), २०७३ को पक्ष राष्ट्र भएको कारण यसको कार्यान्वयनको लागि नेपालले सङ्कटापन्न वन्यजन्तु तथा वनस्पतिका प्रजातिको अन्तर्राष्ट्रिय व्यापारलाई नियमन तथा

बाँकी पेज ६ मा

थाहानगरमा ७० किलोको काउली, ३५ किलोको आलु

◆ विकास संवाददाता

बेमौसमी तरकारी खेतीका लागि नेपालमै चर्चा कमाएको मकवानपुरको पालुङ्मा कृषि उपजको प्रतीकको रूपमा काउली र आलु स्तम्भ निर्माण गरिएको छ । थाहा नगरपालिका वडा नम्बर ४ स्थित नयाँगाउँमा त्रिभुवन राजपथकै छेउमा काउली स्तम्भ निर्माण गरिएको हो। स्तम्भमा एउटा ७० किलोको कृत्रिम काउलीसँगै ३५/३५ किलोका दुईवटा कृत्रिम आलु राखिएका छन् ।

बागमती प्रदेश सरकारको आर्थिक सहयोगमा काउली स्तम्भ निर्माण गरिएको हो। स्तम्भमा राखिएको कृत्रिम काउली र आलु इटहरीका कालीगढले तयार पारेको निर्माण समितिका अध्यक्ष विनोद केसीले बताए । 'इटहरीमा निर्माणको 'अर्डर' गरेर करिब रू. छ लाखमा काउली र आलु ल्याइएको हो,' उनले भने ।

थाहा नगरपालिका आउने पर्यटकहरूलाई नगरपालिकाको मुख्य पेशागत पहिचानबारे जानकारी दिन र पर्यटन प्रर्वधन गर्न काउली स्तम्भ निर्माण गरिएको थाहा नगरपालिकाका प्रमुख लवशेर विष्टले बताए। काउली र आलु स्तम्भ निर्माण गर्दा कृषि र पर्यटन दुबैको प्रवर्धनमा सहयोग पुग्ने उनको विश्वास छ । थाहा नगरपालिकाले कृषि, पर्यटन र पूर्वाधारलाई नगर विकासको आधार बनाएको उनको भनाइ रहेको छ। समुद्र सतहदेखि करिब १८०० मिटरको उचाइमा त्रिभुवन राजपथको छेउ थुम्कामा स्तम्भ राखिएको छ । स्तम्भसम्म पुग्न सिँढी बनाइएको छ। करिब ९ फिटको स्तम्भमा ५ फिट लामो काउली राखिएको अध्यक्ष केसीले जानकारी दिए ।

काउली हरियो पातसहित फक्रक्क फुलेको अवस्थामा देख्न सकिन्छ। काउली स्तम्भ तयार भएपछि त्रिभुवन राजपथ भएर गुडिरहेका सवारीका यात्रुहरू सवारी रोकेर स्तम्भमा जाने र 'सेल्फी'समेत खिच्ने गरेको स्तम्भसँगै रहेको स्टार खाजा घरका सञ्चालक राजकुमार पन्थले बताए। सो क्षेत्रबाट थाहा नगरपालिकाको पालुङ क्षेत्रका हरिया फाँट तथा बस्तीहरू देख्न सकिन्छ ।

स्तम्भनजिकै थाहा आन्दोलनका प्रणेता स्वगीय रूपचन्द्र विष्टको स्मृतिमा निर्माण गरिएको थाहा पार्कसमेत रहेको छ। नजिकै रिसोर्ट र होटलहरू समेत रहेका छन् । स्तम्भ निर्माण गरिएको थुम्कामा बर्षाका कारण क्षति पुग्न सक्ने र स्तम्भलाई समेत क्षति पुग्न सक्ने भएकोले त्यसतर्फ नगरपालिकाको ध्यान जानुपर्ने ऋषेश्वर सामुदायिक वन उपभोक्ता समितिका अध्यक्ष हिरेन्द्र रायमाझीले बताए ।

व्यक्तिगत घटना दर्ता सम्बन्धी जरुरी सूचना !

जन्म दर्ता बालबालिकाको नैसर्गिक अधिकार हो । जन्मेको ३५ दिन भित्रै आफ्नो स्थानीय तहमा गई दर्ता गरौं । जन्म र मृत्यु दर्ताको सूचना परिवारको मुख्य व्यक्तिले र निजको अनुपस्थितिमा परिवारको उमेर पुगेको व्यक्तिले सूचना दिन सक्छन् । जन्म, मृत्यु, बसाई सराई, विवाह एवं सम्बन्ध विच्छेदका घटना दर्ता गर्नु नागरिकको कर्तव्य हो । बसाई सराई गर्दा व्यक्ति आफू मात्र बसाई सरी गए व्यक्तिले र परिवार नै बसाई सरी गए परिवारको मुख्य व्यक्तिले दर्ता गर्नु पर्छ ।

थाहा नगरपालिका
नगर कार्यापालिकाको कार्यालय
इन्द्रायणीचौर, मकवानपुर

नेपाल सरकार
गृह मन्त्रालय
राष्ट्रिय परिचयपत्र तथा पञ्जीकरण विभाग
सिंहदरबार, काठमाडौं

सामाजिक सुरक्षा परिचयपत्र
नवीकरण सम्बन्धी अत्यन्त जरुरी सूचना

सामाजिक सुरक्षा भत्ता प्राप्त गरिरहेका लाभग्राहीले २०७८ साल श्रावण १ गतेदेखि २०७८ भाद्र मसान्तसम्म आफ्नो स्थायी ठेगाना रहेको वडामा लाभग्राही स्वयं वा संरक्षक/माथवर उपस्थित भई अनिवार्य रुपमा परिचयपत्र नवीकरण गरौं ।

तोकिएको समयमा नवीकरण नगराएमा सामाजिक सुरक्षा भत्ता प्रदान गरिने छैन ।

थाहा नगरपालिका
नगर कार्यपालिका कार्यालय
इन्द्रायणी चौर मकवानपुर

प्रेस काउन्सिलबाट 'क' वर्गको मान्यता प्राप्त
कार्यालयः थाहा-४ सम्पर्क नं. ९८०७१५३३००
www.bikaskhabar.com खबरपत्रिका साप्ताहिक
जि.प्र.का. मकवानपुर दर्ता नं. ५५/२०६५/०६६ म.जि.हु.दर्ता नं. २३/२०६६/०६७

सम्पादकीय

संक्रमण नियन्त्रणमा चुनौती

कोरोना संक्रमणको तेस्रो लहर फैलने जोखिम बढेको छ। निषेधाज्ञा खुकुलो पारिएसँगै हेलचेक्र्याइँका कारण संक्रमण दर बढेको हो । अहिले सरकारले नै १७ जिल्लालाई उच्च जोखिममा राखेको छ। दैनिक संक्रमित र मृतकको संख्या थपिएकाले केही जिल्लाका स्थानीय तहले निषेधाज्ञासमेत लगाउन सुरु गरेका छन्। दोस्रो लहरमा फैलिएको नयाँ भेरियन्टले हजारौंको ज्यान लिएको थियो। पहिलो चरणभन्दा दोस्रोपटक फैलिएको संक्रमण छिटो फैलँदा लक्षणसहितका संक्रमितसँगै मृतकको संख्या उच्च थियो। निरन्तरको निषेधाज्ञाले कोरोना संक्रमणदर घट्दै गएको समयमा पुनः खुकुलो पार्दा संक्रमण तेस्रो पटक फैलने चरणमा पुगेको छ। फरक–फरक समयमा कोरोनाको पनि नयाँ भेरियन्ट थपिने भएकाले अब फैलिए अझै जोखिम बढी हुने स्वास्थ्यविज्ञले चुनौति दिइरहेका छन् ।

एक संक्रमितले एक वा सोभन्दा बढीलाई कोरोना सारे त्यसको लहर बढ्दै जाने हो। संक्रमणलाई संक्रमित व्यक्तिमा सीमित राख्न सके मात्र संक्रमण घट्ने हुन्छ। त्यसका लागि भरपर्दो विकल्प भनेकै खोप हो। तर, हालसम्म सबै उमेर समूहका नागरिकभन्दा जोखिममा बढी हुने निश्चित उमेर समूहकाले पनि पूर्णरूपमा खोप लगाउन पाएका छैनन्। कतिले पहिलो चरणको खोप लगाएको पाँच महिना बितिसक्दासमेत दोस्रो खोप लगाएका छैनन्। सरकारले तोकेको खोप लगाउने उमेर समूहले पनि भीडमा ठेलामठेल गर्दै खोप लगाउन जाँदा संक्रमण त्यहीँबाट फैलने जोखिम पनि उतिकै छ। धेरै नागरिक खोप केन्द्र टाढा हुँदा खोपबाट वञ्चित छन्। कतिपय ठाउँमा खोप दुरुपयोग भई लक्षित समूहले लगाउन पाएका छैनन्। सरकारले घर–घरमा गएर खोप लगाइदिने रणनीति तयार गरेको छैन। यो विषयमा कार्यविधि बनेको पनि छैन। त्यसकारण खोपबाट धेरै नागरिक अझै वञ्चित हुने सम्भावना छ। खोप नपाउँदा संक्रमण र मृत्युदर पनि बढ्छ। खोप र स्वास्थ्य मापदण्डको अभावमा तेस्रो चरणमा फैलन सुरु भएको स्वास्थ्य विज्ञ दाबी गर्छन्। पछिल्लो यो सम्पादकीय तयार गरिरहँदा मुलुकभर सक्रिय संक्रमितको संख्या २९ हजार ४ सय ४४ छ । होम आइसोलेसन र संस्थागत आइसोलेसनमा ठूलो संख्यामा संक्रमित उपचारत छन्। अस्पतालका सघन उपचार कक्ष (आईसीयू) र भेन्टिलेटरमा बिरामी थपिने क्रम छ। संक्रमण निरन्तर फैलने क्रममा छ। सरकार र नागरिक अब पनि संवेदनशील नबन्ने हो भने यो महामारीले पुनः धेरैको ज्यान लिन सक्छ। अहिले कोरोनाको परीक्षणदर पनि घटेको छ। प्रयोगशालामा पहिलेको तुलनामा स्वाब परीक्षणका लागि न्यून संख्यामा मात्रै पुग्ने गरेको प्रदेशहरूबाट प्राप्त तथ्यांकले देखाउँछ।

सहरभन्दा गाउँमा संक्रमित अझै बढ्दै छन्। गाउँसम्म परीक्षणको पहुँच नपुग्दा पहाडी र ग्रामीण क्षेत्रमा कोरोना भाइरससँग मिल्दो लक्षण देखिएकाको मृत्यु भएका समाचार पनि आइरहेका छन्। यसले नियन्त्रणमा चुनौति थपेको छ भने भुसको आगो जस्तै संक्रमण फैलँदो क्रममा छ।कोरोना संक्रमणबाट नागरिकलाई बचाउन अब चाँडै सबैलाई खोप दिनुपर्छ। खोप उत्पादन गर्ने देश भारतसहित अन्य मुलुकमा पनि संक्रमण फैलँदा भारतमा उत्पादन भएको कोभिसिल्ड खोप केही नेपाली नागरिकले दोस्रो पटक पाएका छैनन्। यसको विकल्प के हुनसक्छ ? सरकारले समयमै निकास दिनुपर्छ। अब पुनः यो अवस्था आउनु भएन। समयमै अस्पतालका बेड, स्वास्थ्य सामग्री र जनशक्ति तयार पर्नुपर्छ। अब निषेधाज्ञा र लकडाउनलाई नियन्त्रणको विकल्प बनाउनेभन्दा सबैलाई खोप दिन सरकार गम्भीर रूपमा लाग्नुपर्छ र नागरिक आफैं पनि सचेत बन्नुपर्छ।

थाहा नगरपालिकाको शिखरकोट काउण्टरबाट दिवा बस सेवा

विहान	६:१५	बजे काठमाण्डौ (हाइस)
विहान	६:१५	बजे हेटौंडा (फोर्स)
विहान	७:१५	बजे काठमाण्डौ (बस)
विहान	८:00	बजे हेटौडा (बस)
विहान	८:१५	बजे सिमभन्ज्याङ हुँदै काडमाण्डौ (फोर्स)
विहान	९: 00	बजे काठमाण्डौ (मिनीबस)
विहान	९:00	बजे हेटौंडा जम्बो हाइस
विहान	९:४५	बजे काठमाण्डौ फोर्स
विहान	१0:१५	बजे मार्खु, पालुङ हुँदै हेटौंडा (मिनीबर्स)
विहान	१0:१५	बजे काठमाण्डौ(फोर्स)
विहान	१0:३0	बजे हेटौंडा (फोर्स)
विहान	११:१५	बजे काठमाण्डौ (मिनिबस)
विहान	१२:३0	बजे हेटौंडा (बर्स)
मध्यान्ह	१२:३0	बजे काठमाण्डौ (बस)
मध्यान्ह	१:३0	बजे हेटौंडा (मिनीबस)
दिउँसो	१:३0	बजे पालुङ गोगने पकने (मिनीबस)
दिउँसो	१:३0	बजे काठमाण्डौ (फोर्स)
दिउँसो	२:३0	बजे काठमाण्डौ (फोर्स)
दिउँसो	३:00	बजे पालुङबाट मार्खु (बस)
दिउँसो	३:३0	बजे पालुङबाट काठमाण्डौं (बस)

थप जानकारीको लागि नारायणी यातायात दिवा बस सेवा तथा टिकट काउण्टर दामन शिखरकोट इन्चार्ज अरुण लामा ९८५५०७२३२२ र नरेन्द्र अधिकारी ९८५५०७०५६१

महत्वपुर्ण टेलिफोन नम्बरहरू

पालुङ एम्बुलेन्स (चालक)	९८१४२०७४०१
आग्रा एम्बुलेन्स (चालक)	९८६०२२३७५५
जनकल्याण उच्च मा.वि.	०५७–६२०३६४
थाहा नगरपालिका कार्यालय	०५७–४०००५६
मत्स्यनारायण मा.वि.	०५७–६२०५१२
ईप्रका पालुङ (प्रमुख)	९८५५०६९४९९
प्रहरी चौकी फाखेल	०५७–६९२५१८
जिल्ला प्रशासन मकवानपुर	०५७–५२०३८८
विद्युत प्राधिकरण पालुङ	०५७–४०००२९

साइबर सेना नै किन ?

प्रा.डा.बद्रीविशाल पोखरेल

एडमण्ड बर्कले भनेझैं असल मानिसले केही पनि नगरी बस्दा नै खराबीको विजय सुनिश्चित हुन्छ ।

युवा संघ नेपालको २०७८ माघ २५ र २६ गते बसेको बैठकले साइबर सेना गठन गर्ने निर्णय गरेको थियो । सामाजिक सञ्जालको चरम दुरूपयोग गरी व्यक्तिगत चरित्र हत्यासम्म गर्न उद्यत प्रवृत्तिलाई निरूत्साहित गर्दै स्वस्थ्य पत्रकारितालाई प्रोत्साहित गर्न बच्चन सिंह अध्यक्ष तथा युवा इन्चार्ज महेश बस्नेत रहेको संघले साइबर सेनाको गठन गर्न खोजेको देखिन्छ। युवा संघ, नेपालले संस्थागत रूपमा उद्घोष गरेको साइबरले विद्युतीय सञ्चार सञ्जाल र कम्प्युटर सफ्टवेयरले उत्पादन गर्ने परोक्ष वास्तविकता देखिएको छ। साइबर सेनाले यसलाई परिचालन गर्ने शक्ति र सामर्थ्य बुझाउँछ। विशेषतः नेकपा एमाले र प्रधानमन्त्री ओली नेतृत्वको सरकारले गरेका कैयौं जनहितका सकारात्मक कामविरूद्ध फेक, पेड र मेड मिडियाविरूद्ध बौद्धिक रूपमा प्रतिवाद गर्न साइबर सेना गठन गरेको संघले स्पष्ट पारेको छ ।

उतिबेलै पाँच लाखसम्म बर्दीबिनाका साइवर सेना तयार गर्ने योजना रहेको युवा संघमा उमेर हदका कारण बच्चनले बिदा लिएपछि किरण पौडेल अध्यक्ष रहेका छन्। यो सेना भनेको बम र बन्दुक बोकेको नभएर कलम र कपी बोकेको सेना हो । विरोधी पक्षसित उचित तर्क, तथ्य र वास्तविकताका आधारमा सशक्त प्रतिवाद गर्ने शक्ति र सामर्थ्यका मुख र कलमधारी सेना नै साइबर सेना हो। माओ त्से तुङले बन्दुकधारी शक्तिभन्दा बन्दुकबिनाका सेना (प्रोपोगण्डा समाचार ,विचार, टिप्पणी/विश्लेषण, लेख र रचना) झन् खतरनाक हुन्छन् भनेका थिए। माओले यस्ता कम्युनिस्टविरोधी सेना विषालु झारपात भनेका थिए । किनभने बन्दुकको एक गोलीले त एकजना मात्र मार्छ भने विरोधी साइबर सेनाको बन्दुकको एक गोलीले एकैपटक हजारौंलाई सखाप पार्छ। यत्ति अतिसामान्य ज्ञान पनि एमाले पार्टी र अधिकांश नेतामा अझै पलाउन सकेको देखिन्न। यिनले यसको महत्व उहिल्यै बुझेका भए र अझै बुझ्छन् भने मिडियाविहीन भएर बस्नु पर्ने यो अवस्था आउने थिएन र आउने छैन ।

एमालेमा आफूलाई ठूला महिलावादी भन्ने डा. शिवमाया तुम्बाहाम्फे र डा. बिन्दा पाण्डे आदि नेतृहरू महिला भएकै नाताले राष्ट्रपतिलाई तथानाम बोल्दा मौन र मुक बसिरहेका छन्। बेलामा बोल्न नसक्नेले मौकाको कामसमेत गर्दैनन् भन्ने अनुमान गर्न सकिन्छ। पार्टीका प्रचार प्रसार माध्यमबाट मात्र आमजनता र समाजलाई प्रभावित पार्न सकिन्न। झलक्क हेर्दा स्वतन्त्र जस्तो पनि देखिने र सत्य सूचना पनि बारबार हजार बार प्रभावकारी रूपमा प्रस्तुत गर्दा मात्र जनमानसमा त्यसले गहिरो प्रभाव पार्छ। विरोधी सेनाहरू जसरी जुन तरिका र जति बेलामा आइलाग्छन् तत्काल साइबर सेनाले तर्कसंगत रूपमा प्रतिवाद गर्ने क्षमता अत्यावश्यक हुन्छ ।

प्रतिवाद गर्न ढिला भयो र प्रभावकारी भएन भने आमश्रोता तथा पाठकमा फेक मिडियाले घरजम गर्ने खतरा हुन्छ । यसो भएपछि सम्झाउन र बुझाउन समय लाग्छ। झुट कुरा समय क्रममा आफैं खण्डित त हुन्छ नै सत्य स्थापित गर्ने कुरामा पनि बेलैमा होस गर्नुपर्छ। आमजनताबिच नेताहरू महेश बस्नेत र गोकुल बाँस्कोटा रोचक, घोचक तथा तथ्यपरक प्रतिवाद गर्ने क्षमताका कारण लोकप्रिय भएका हुन् । साइबर सेना भनेकै बौद्धिक, वैचारिक तथा प्राज्ञिक सामाजिक सञ्जाल वा मिडिया कर्म हो । यो पनि विभिन्न तह र स्तरको हुन्छ। नाम चलेका लेखक, विश्लेषक र विचारक यस्ता काममा अत्यन्त उपयोगी हुन्छन्। किनकि उनीहरूसित यथेष्ट सूचना र ज्ञान हुन्छ। तिनैसित विषयलाई राम्ररी साँधेर प्रभावकारी रूपमा प्रवाह गर्ने सामर्थ्य हुन्छ। साइबर सेनामा आबद्ध हुन न्यूनतम योग्यता आवश्यक हुन्छ । सही समाचार, सूचना र लेख जानकारी र पठन तथा त्यसलाई आमपाठक श्रोतासमक्ष प्रवाह गर्नु हो ।

सय थुकी नदी भनेझैं एमाले पार्टी पंक्ति लागिपर्ने हो भने फेक समाचार , विचार र विश्लेषण परास्त गर्न धेरै बेर लाग्दैन । तर कतिपय अगुवा नेता र कार्यकर्ता तथा बुद्धिजीवीहरू नै सत्य केलाउन समर्थ नभएर अलमल्ल परेको देखिन्छ। आफैं नरभुल्लमा परेपछि त्यस्तो सिपाहीले के गर्ला र ! सूचना र ज्ञानको पठन, मनन, चिन्तन र विश्लेषणले मात्र विरोधी सेनालाई परास्त गर्न सक्छ। ठुटेकलम लिएर र ठसठसी कनेर साइबर सेना हुन सकिन्न । लिखित वा मौखिक प्रस्तुति तथ्यपरक र ओजनदार हुनुपर्छ। जननेता मदन भण्डारीले राम्रो काम पनि राम्रै तरिकाले गर्नुपर्छ भनेझैं प्रस्तुतिमा विरोधीलाई समेत हँसाइहँसाइ सिस्नोपानी लगाउने हुनुपर्छ ।

समाचार, विचार, लेखन र विश्लेषण रोचक घोचक तथा प्रभावकारी हुनुपर्छ। सुन्दा र पढ्दा ज्यानमा तरंग उत्पन्न गर्ने खालको हुनुपर्छ। श्रोता, पाठक र कार्यक्रममा सहभगिताको अवस्था र स्थिति हेरेर त्यसअनुसार विषय, विचार र धारणा व्यक्त गर्नुपर्छ। साइबर सेनाका कमाण्डरहरूलाई उपेक्षा गरेर सेनाको मनोबल बढ्दैन । तर एमाले पार्टीका अधिकांश नेतामा लेखन, पठन र प्रकाशन गर्ने कुरालाई खासै महत्व दिँदैनन् । विरोधीहरू संगठित र योजनाबद्ध रूपमा साइबर सेनाको व्यापक उपयोग गरिरहेका छन् तर यता बिलकुल बेवास्ता देखिन्छ। सेना गठन मात्र गर्ने कि त्यसको प्रभावकारी र परिणाममुखी काम पनि गर्ने हो ? मुख र कलमलाई धारिलो, चम्किलो, तेजिलो नबनाई उपलब्धि हाँसिल हुँदैन । विरोधी पक्षहरू आफ्ना साइवर सेनालाई मान, स्थान, इज्जत र प्रोत्साहन गर्छन् तर यता भने सामान्य सोधपुछसम्म नगर्ने गरेको यस लेखकको तीतो अनुभव छ। अनि कसरी साइबर सेना बलशाली र प्रभावकारी हुन्छ ? सूचना र ज्ञानको पिँधसम्म नपुगी सेनाले त्यसै हतियार चलाउनु हुन्न। शत्रु पक्षलाई एक्ल्याउ र क्रमैसित प्रहार गर, एक–एक गरेर आक्रमण गरको नीति जरूरी हुन्छ ।

तर पहिले आफैंभित्रका र आफ्नै घरभित्रका विजातीय तत्वहरूलाई तह लगाउनु पर्छ। जननेता मदन भण्डारी र जबजविरूद्ध ज्यान फालेर लागेको आफूलाई एमाले भन्ने विजातीय तत्व विद्यमान छ । घनश्याम भुसाल र भीम आचार्यहरू अझै पार्टीअध्यक्ष केपी ओलीप्रति चरम र सरम असहिष्णु र अराजक टिप्पणी गरिरहेका छन्। जबजमा विद्यावारिधि गर्ने डा. वेदुराम भुसाल केही दिनअघि जबजकै विरूद्ध प्रलाप गरिरहेका थिए । यस्तो चरम सैद्धान्तिक अवसरवादीहरूलाई साथ लिएर आफूलाई आफैं एमालेको वरिष्ठ नेता हुँ भन्नेहरू अन्तर्ध्वंश गर्न तत्पर विभिषण हुन्। तिनलाई पनि सकेसम्म सम्झाउने एकतामा आवद्ध गर्ने प्रयत्न अन्तिमसम्म जारी राख्नुपर्छ। नेकपाका संस्थापक महामन्त्री पुष्पलाललाई पहिलो महाधिवेशन नै देख्न नपाई पोलिटब्युरो बैठकले षडयन्त्रपूर्वक निष्कासन गरी मनमोहन अधिकारी महामन्त्री बनेका थिए ।

समय क्रममा मनमोहन अधिकारी पुराना गल्तीहरू सच्याएर अघि बढ्दा महान् बन्नुभयो। त्यसैले कुनै पनि नेता ढिलै भए पनि सच्चिन सक्छ र सच्याउन सकिन्छ । ओलीविरूद्ध सामाजिक सञ्जालमा जुन प्रलाप देखिन्छ, त्यो उहाँका शिखर व्यक्तित्वको रिस, डाह, चिन्ता र एक प्रकारको गम्भीर रोग हो। यसलाई दुर्भीति भनिन्छ । दुर्भीति या फोबिया एक प्रकारको मनोविकार हो, यो व्यक्तिलाई विशेष वस्तु, परिस्थिति या क्रियाहरूबाट डर लाग्ने, घबराहट हुनेजस्ता चिन्ताको बिरामी हो । यो रोग बढ्दै गयो भने कुनै पनि मानिसको गतिविधिले पराकाष्ठा नाघ्नसक्छ। तिनले धरहरा ठडिएको, मेलम्चीको पानी उद्घाटन गरेको आदि समाचार र विचार प्रवाह गर्नसमेत सकेनन् । फेक मिडियाहरू आफ्ना मिडियाहरूमा शिरदेखि तिरसम्म अनि सुरूदेखि अन्तसम्म ओली सरकार विरूद्ध लागिपरेका थिए। अहिले भने देउवा सरकारले बालुवाटारमा पार्टीको बैठक नबस्ने निर्णय महान् भन्दै बखान गरिरहेको दयनीय दृश्य देखिन्छ। बाँचुञ्जेल जननेता मदन भण्डारी र जबजको सोझो वा घुमाउरो रूपमा विरोध गर्ने र मृत्युपछि विरोध गर्नेजस्तो कपटपूर्ण गतिविधि गरिरहेको अवस्था छ । यसमा अवसरवादी र उग्रवादी प्रवृत्ति सुविचारित रूपमा लागिपरेको स्पष्ट हुन्छ। जबजको मियोका रूपमा केपी ओली छन् । उनले सरकार प्रमुख भएर जबजअनुसार देश, जनता र जनजीविकाका सवालमा तुलनात्मक रूपमा विशिष्ट र महत्वपूर्ण कामहरू गरेका छन् । नेता प्रदीप नेपालसमेत जबजप्रति आफ्नै वरिष्ठ नेता दाजु नेपालको ओठेभक्तिमा विश्वस्त भएको देख्दा अचम्म लाग्नु स्वाभाविकै हो ।

अहिले पार्टी र सरकारका बाह्य र आन्तरिक रूपमा चौतर्फी आक्रमण भइरहेको छ । यस अवस्थामा पार्टीले मेचीकाली अभियानमार्फत् पार्टी पंक्ति र आमजनतालाई सरकार र पार्टीविरोधी गतिविधिविरूद्ध तथ्य र सत्य उजागर गर्नुपर्छ। यसमा अब कुनै ढिलाइ गर्नुहुन्न किनकि जनता नै सञ्चार प्रचारका सर्वोपरि साइबर सेना हुन् । जबज अनुसार उपल्ला तहका नेतासहित आमअगुवा कार्यकर्तामार्फत आम जनतालाई सचेत र संगठित नगर्ने हो भने चौतर्फी हमलालाई निस्तेज गर्न सकिन्न । जनताको पार्टी, सरकार र सत्ताको प्राप्ति, सुरक्षा र स्थायित्वका लागि जनताको अगुवा शक्तिलाई साइवर सेनाको सञ्जालका रूपमा परिचालित नगरी धर छैन । तलबाट उठेको आन्दोलन, चेतना र जागरणबाट मात्र आन्दोलनको जग बलियो हुन्छ । माओवादी जनयुद्धमार्फत ८० प्रतिशत भूभाग कब्जा गरेको भनिएका ठाउँ निर्जन होलान् तर जननेता मदन भण्डारी र जबजमार्फत स्वैच्छिक रूपमा संगठित सचेत र पार्टीमा आवद्ध जनताको अगुवा शक्ति अहिले पनि देशव्यापी रूपमा जीवित छ र हरघरमा पार्टी र मोर्चा संगठनमा प्रतिबद्ध कम्तिमा एउटासम्म नेता र कार्यकर्ता विद्यमान रहेको अवस्था छ । विगतमा पनि देशव्यापी जनअभियान सञ्चालन गरेर सही र सत्य सूचना प्रभावकारी रूपमा आमजनतामा प्रवाह गरेकाले पार्टी जनताका बिचमा स्थापित र विजयी हुन सकेको हो । त्यसैले पार्टीअध्यक्ष ओलीले भनेझैं विरोधी पक्षले तथानाम गर्दा पनि एमालेजन भद्रभलाद्मी भएर बस्ने हो भने अवसान हुने सम्भावना बढेर जान्छ ।

-इमेल प्राप्त लेख (विचार)

कुन औषधि कतिबेला खानु बढी प्रभावकारी ?

हालै भएको एक अध्ययनबाट के पुष्टि भएको छ भने, गलत समयमा औषधि सेवन गर्दा अपेक्षाकृत कम काम गर्छ ।

हामी औषधि त सेवन गर्छौं, तर त्यसलाई कुन समयमा सेवन गर्ने भन्ने कुरामा खास ख्याल गर्दैनौ । वास्तविकता के भने, कुनैपनि रोग ठीक पार्नका लागि औषधि सेवन गर्ने समयले पनि भूमिका खेल्छ । किनभने हाम्रो शरीरको अंग, अलग-अलग समयमा सक्रिय हुन्छ । त्यही कुरालाई ध्यानमा राखेर औषधि सेवन गर्नु बढी प्रभावकारी हुन्छ ।

खासगरी त्यस्तो औषधी, जसलाई एक पटक सेवन गर्नुपर्छ । हालै भएको एक अध्ययनबाट के पुष्टि भएको छ भने, गलत समयमा औषधि सेवन गर्दा अपेक्षाकृत कम काम गर्छ । अतः यहाँ औषधि सेवनको सहि समयबारे दिइएको छ । यद्यपी औषधि सेवन गर्नुअघि चिकित्सकको परामर्श लिनैपर्छ ।

उच्च रक्तचापको औषधि

जब हामी सुत्छौ, हाम्रो रक्तचाप १० देखि २० प्रतिशतसम्म कम हुन्छ । तर, सामान्यत उच्च रक्तचाप ५५ बर्षभन्दा बढी उमेर भएकाहरूमा घट्दैन ।

त्यही कारण सुतेको समय स्ट्रोक वा हृदयघातको खतरा बढ्छ । हालै स्पेनमा भएको एक अध्ययनबाट के थाहा भएको छ भने, जसले राती सुत्नुअघि उच्च रक्तचापको औषधि सेवन गर्छ, उनीहरूलाई हृदयघाट वा स्ट्रोक हुने खतरा ३३ प्रतिशत कम हुन्छ ।

शोधकर्ताका अनुसार रातको समयमा उच्च रक्तचाप कम गर्नाले हाम्रो आर्टरिजलाई आरम मिल्छ । त्यसैले प्रभावकारी त्यसबेला हुन्छ, जब उच्च रक्तचापको औषधि राती सुत्नुअघि सेवन गरिन्छ ।

हाइ क्लेस्टोरको औषधि

कलेजोमा कोलेस्टोरको उत्पादन दिनमा भन्दा रातमा बढी हुन्छ । त्यसैले राती सुत्नुअघि कोलेस्टोर को औषधि सेवन गर्दा बढी प्रभावकारी हुन्छ ।

हाटबर्नको औषधि

रातको १० बजेदेखि २ बजेसम्म हाम्रो पेटमा सबैभन्दा बढी एसिड उत्पादन हुन्छ । यदि एसिड कम गर्ने एचटु औषधि सेवन गरिरहेका छौ भने, खाना भन्दा ३० मिनेट अघि ग्रहण गर्नुपर्छ । यसले गर्दा राती बन्ने एसिड नियन्त्रणमा सहयोग पुग्छ ।

आस्टियो आर्थराइटिसको औषधि

यस किसिमको रोगीलाई अलग अलग समयमा दुख्ने, सुन्निने लगायतको समस्या हुन्छ । फ्रेन्च सोधकर्ताले गरेको अध्ययन अनुसार, आस्टियो आर्थराइटिसमा लिइने औषधि दुख्नुभन्दा छ घण्टाअघि लिनुपर्छ । त्यसैले यदि मध्यन्हको समय धेरै दुख्छ भने बिहान औषधि सेवन गरौ । यदि रातको समय बढी पीडा हुन्छ भने मध्यन्हमा औषधि सेवन गर्नुपर्छ ।

एलर्जीको ओषधी

एलर्जीको लागि लिइने एन्टि हिस्टामाइन्स ट्याबलेट्स लिएपछि निन्द्रा लाग्छ । यस्तो अवस्थामा दिउँसुो औषधि सेवन गर्दा काम गर्न झर्को लाग्न सक्छ । त्यसैले एलर्जीको औषधि राती नै सेवन गर्नुपर्छ ।

डिप्रेसनको औषधि

डिप्रेसन एवं चिन्ता हटाउने औषधि एन्टि डिप्रेसेन्ट सेवन गरेपनि निन्द्रा लाग्छ । यसकारण यो औषधि पनि राती सुत्नुअघि सेवन गर्नु राम्रो हो ।

थाहा नगरका जनप्रतिनिधिको सम्पर्क नम्बर

थाहा प्रमुख	लवशेर विष्ट	९८५५०६७६९२
थाहा उपप्रमुख	खड्ग बहादुर गोपाली	९८५५०६७०४५
१ नं. वडाध्यक्ष	हेरमान गोपाली	९८५५०८९३०१
२ नं. वडाध्यक्ष	गुप्तबहादुर कार्की	९८५५०८९३०२
३ नं. वडाध्यक्ष	राजेश के.सी.	९८५५०८९३०३
४ नं. वडाध्यक्ष	दिपक सिं लामा	९८५५०८९३०४
५ नं. वडाध्यक्ष	विष्णुबहादुर गुरुङ	९८५५०८९३०५
६ नं. वडाध्यक्ष	शशीधर सुवेदी	९८५५०८९३०६
७ नं. वडाध्यक्ष	सनमसिं मुक्तान	९८५५०८९३०७
८ नं. वडाध्यक्ष	टिकाराम रुम्बा	९८५५०८९३०८
९ नं. वडाध्यक्ष	परशुराम श्रेष्ठ	९८५५०८९३०९
१० नं. वडाध्यक्ष	हिराबहादुर गमाल	९८५५०८९३१०
११ नं. वडाध्यक्ष	किरणमान बल	९८५५०८९३११
१२ नं. वडाध्यक्ष	मानबहादुर स्याङ्तान	९८५५०८९३१२

श्रावण विशेष : शाकाहारी भोजनले स्वास्थ्यमा फाइदै–फाइदा

धार्मिक हिसाबले श्रावण महिनामा प्रायः धेरै मानिसले शाकाहारी भोजन गर्ने चलन छ । यो स्वास्थ्यका हिसाबले पनि राम्रो मानिन्छ ।

शाकाहारी भोजनले शरीर चंगा हुनुको साथै शरीरमा विभिन्न रोग लाग्नबाट सुरक्षित राख्दछ । सकिन्छ भने झन् पूरै शाकाहारी भोजन गर्दा उत्तम मानिन्छ । हुन त विश्वभर शाकाहारीको संख्या बढ्दो क्रममा छ । मात्रा नमिलाई नियमित मासुको प्रयोगले शरीरमा यावत समस्या बढ्दै गर्दा शाकाहारी भोजन अपनाउनेको संख्या बढ्दै गएको हो ।

यदि तपाईं मासु खानुहुन्छ र अबदेखि मासु छाडेर शाकाहारी बन्दै हुनुहुन्छ भने तपाईंले आफ्नो वजन घटाउने, मुटुरोगको जोखिम कम गर्ने जस्ता फाइदाहरु तत्कालै प्राप्त गर्न थाल्नुहुनेछ । शाकाहारी भोजन स्वास्थ्यका लागि निकै फाइदाजनक हुन्छ । मासु खानेहरूभन्दा मासु नखाने मानिसमा विभिन्न खाले रोगको समस्या कम देखिने गरेको विभिन्न अध्ययन तथा अनुभवले देखाएका छन् । अझ सकिन्छ भने त श्रावण महिनामा मात्र नभई सधैंका लागि शाकाहारी हुन सके अति उत्तम मानिन्छ ।

शुद्ध शाकाहरी हुनुका अधिक फाइदाहरुः

- दीर्घ जीवनका लागि भरपुर सहायता पुऱ्याएको हुन्छ ।
- कोलस्टोर लेबल घटाउन मद्दत पुऱ्याउँछ ।
- हृदयघात हुने जोखिम कम गर्छ ।
- डाइबिटिज हुनबाट धेरै मात्रामा मद्दत पुऱ्याउँछ ।
- स्वस्थ छालाका लागि पनि शाकाहारी हुनु जरूरी हुन्छ ।
- शाकाहारी भोजन गर्नाले शरीरमा पानीको मात्रा कम हुन दिंदैन ।
- शाकाहारी भोजन हुने व्यक्तिलाई डिप्रेसन कम हुन्छ ।
- शाकाहारी भोजन पचाउन सहज हुन्छ ।
- आँखाको तेज बढाउन मद्दत पुऱ्याउँछ ।
- व्यावसायिक रूपमा पनि शाकाहारी भोजन गर्नेलाई फाइदा पुग्छ ।
- क्यान्सरको जोखिम कम हुन्छ ।
- मुटु सम्बन्धी रोग लाग्नबाट जोगाउँछ ।
- उच्च रक्तचाप हुनबाट जोगाउँछ ।
- माइग्रेन हुनबाट जोगाउँछ ।
- हर्मनलाई सन्तुलित गर्न मद्दत पुऱ्याउँछ ।
- शरीरमा एलर्जी हुनबाट जोगाउँछ ।
- नङलाई मजबुत बनाउन विशेष भूमिका खेलेको हुन्छ ।
- दिमागी चुस्तताका लागि पनि भेगान खाना खानु जरूरी हुन्छ ।
- खाना पकाउँदा समयको बचत हुन्छ, शाकाहारी भोजन तयार गर्न सहज हुन्छ ।

लामो समयसम्म माछामासु ज्यादा खाँदा मुटु सम्बन्धी रोग, मधुमेह, अटोइम्युन डिजिज तथा क्यान्सर लगायतको जोखिम हुन्छ । जबकि शाकाहारी खानेकुराहरु खासगरी वनस्पतिजन्य खानेकुराहरु दुखाइ तथा सुन्नाई प्रतिरोधी हुन्छन् । यिनीहरूमा प्रशस्त मात्रामा फाइबर तथा एन्टीअक्सिडेन्ट हुनुका साथै सुन्निने तथा दुख्ने क्रियामा संलग्न बोसो तथा इन्डोटोक्सिनको मात्रा घटाइदिन्छन् ।

मासु तथा अन्य प्रोसेस्ड फूडहरूले खाएको केही घण्टामै शरीरमा दुखाइ तथा सुन्निने समस्या पैदा गर्छन् । मासुमा हुने एनिमल ˆयाटसँगको प्रतिक्रियाका कारण हाम्रा रक्तधमनीहरु प्यारालाइज्ड हुन्छन् र धमनी खुल्ने क्षमता आधाले घट्छ । त्यसो हुँदा फोक्सो फुलिन्छ । यस्तो फुलाइ तथा दुखाइ भनेको शरीरको प्रतिरोधी प्रतिक्रिया हो । शाकाहारी मानिसमा मोटोपनाको दर मासु खाने मानिसमा भन्दा कम पाइएको छ ।

मासु खाने तथा शाकाहारीले दिनहुँ खाने क्यालोरी खपत बराबर भए पनि मासु खानेहरु बढी मोटोपनाको शिकार हुने गरेको पाइएको छ । यसको कारणमा मासु खानेहरूले वनस्पति प्रोटिन, बिटा क्यारोटिन, फाइबर , म्याग्नेसियम जस्ता तत्वहरूको खपत कम गर्दछन् र हानिकारक बोसोको सेवन मात्र धेरै गर्दछन् ।

कम चिल्लो तर ताजा सागपात, फलफूल र अनाज सहितको स्वस्थ शाकाहारी भोजनले वजन नियन्त्रणमा सहयोग गर्दछ । हामीले खाने जनावरका मासुमा विभिन्न खाले हर्मोन, किटनाशक औषधि, एन्टीबायोटिक्स जस्ता दूषित पदार्थहरु पाइन्छ, जसले स्वास्थ्यमा नकारात्मक असर पार्दछ । कुखुरा, सुँगुर, भैंसी, माछा लगायतका मासुमा इकोली, लिस्चेरिया लगायतका विभिन्न खाले जिवाणु तथा घातक परजीवीहरु पाइन्छ । त्यसैले मासु नखानाले खानाबाट सर्ने विभिन्न खाले रोगबाट बच्न सकिन्छ ।

श्रावण महिनाका लागि केही शुद्ध शाकाहारी संक्षिप्त रेसेपी

आबोगाडो सलाद - घ्युफल, कात्रो, कागतीको रस, नून, हरियो खुर्सानी, धनियाँ, जैतुनको तेल आदि हालेर सलाद बनाउन सकिन्छ, जुन अति नै मुलायम र स्वास्थ्यवर्द्धक हुन्छ ।

पनिर बटर मसला - पनिरलाई रातो ग्रेभीमा हालेर क्रिम र बुटर मिसाइ इन्डियन मसलाको साथमा सजिलै घर मा बनाउन सकिन्छ ।

पालक पनिर - पालकको पिउरी बनाएर पनिरमा मिसाएर काजु पेस्ट र इन्डियन मसला हालेर बनाउन सकिन्छ ।

पनिर पसन्द - काजु, दूध, मक्खन, उसिनेको प्याज हालेर बनाएको सेतो ग्रेभीमा पनिर हालेर बनाउन सकिन्छ र स्वादिष्ट हुन्छ ।

कडाइ पनिर - पनिरमा फ्रेस मसला, कडाइ मसला र भेडे खुर्सानी हालेर सुख्खा गरी पकाउन सकिन्छ ।

मटर मस्रूम - इन्डियन रिच पहेलो ग्रेभीमा हरियो केराउ र च्याउ हालेर पकाउन सकिन्छ ।

मकै पालक - पालकको पिउरीमा स्वीट कर्न हालेर इन्डियन सादा मसलाको साथमा पकाइन्छ ।

पनिर चिल्ली - चाइनिज ग्रेभीमा पनिर , भेडे खुर्सानी, प्याज, हरियो लसुन हालेर बनाउन सकिन्छ ।

मसरूम छोइला - उसिनेको च्याउलाई डामेर लसुन, अदुवा, तोरीको तेल, कागती रस हालेर मेथी झानेर बनाइन्छ ।

पनिर छोइला - पनिरलाई तेलमा तारेर चिसो नून पानीमा भिजाएर च्याउ जस्तै गरी छोइला बनाउन सकिन्छ ।

कुरिलो करी - एस्पारागस करी पनि सामान्य तरकारी जसरी आलु या च्याउमा मिसाएर बनाउन सकिन्छ र यो निकै स्वस्थ्य र स्वादिष्ट हुन्छ ।

तोफु चिल्ली - तोफुलाई तेलमा तारेर नून पानीमा भिजाएर पनिर चिल्ली जसरी नै सजिलै बनाउन सकिन्छ ।

पानिर सादेको - पनिरलाई डामेर या तारेर नेपाली मसला र कागती हाली सादेर पनि खान सकिन्छ ।

तरूल डामेको - उसिनेर सेलाएको तरूललाई ताछेर पातलो स्लाइस गरी नेपाली मसला मोलेर तवामा डामेर सुख्खा खान निकै स्वादिष्ट हुन्छ ।

तरूल मसला - तरूललाई उसिनेर डाइस काटी गोलभेडा, प्याज, अदुवा लसुनको फेस मसला बनाइ नेपाली मसला हाली सुख्खा करी बनाइ खान सकिन्छ ।

निउरोको तरकारी - निउरोको तरकारी पनि शाकाहारीका लागि एक उपयुक्त र स्वस्थ विकल्प मानिन्छ र सजिलै बनाउन सकिन्छ ।

उमारेको क्वाटी सुप - ९ थरिका गेडागुडी भिजाएर उमारी पकाएर नेपाली मसला र घ्युमा ज्वानो झानेर खान सकिन्छ ।

दाल मक्खनी - मासको गेडा दाल र राजमा भिजाएर पकाइ इन्डियन मसला, क्रिम, बतर हाली बनाउन सकिन्छ र निकै स्वादिष्ट मानिन्छ ।

पिडालु हालेको दाल जिम्बु झानेको - कालो मासको दालमा पिडालु हालेर पकाइ घ्युमा जिम्बु हाली झानेको दाल पनि निकै लोकप्रिय मानिन्छ ।

नभरत्न करी - मुग्लाई तथा शाहीहरूको यो अति पोषिलो करी विभिन्न ९ सब्जी तथा फलफूल हालेर काजु र खुवाको रिच ग्रेभीमा बनाइन्छ ।

मिक्स भेज बिर्यानी - दही र गरम मसला हालेर तयार गरिएको मिक्स भेज करीलाई ८० प्रतिशत पाकेको चामलसँग घ्यू र ड्राइफ्रुट हाली दम गरी पकाइन्छ ।

फलदारी कोˆता बिर्यानी - काचो केरा र ड्राइ फ्रुटको कोˆता बनाएर बिर्यानी ग्रेभीमा हाली चामलसँग दम गरेर पुदिना, काजु र घ्यु हालेर पकाउन सकिन्छ ।

पनिर पास्ता - पनिर हालेर सेतो क्रिमी र रातो दुवै ससमा पास्ताका साथमा चिज हालेर बनाउन सकिन्छ, जुन निकै स्वादिष्ट हुन्छ ।

पनिर मस्रूम पिज्जा - पनिर, च्याउ, चिज हालेर पिज्ज पनि बनाउन सकिन्छ । जुन शाकाहरीका लागि उत्तम खाना मानिन्छ ।

कोफ्ता कारी - आलु र मिक्स भेजको किमालाई बल बनाएर फ्राइ गरी पहेलो रिच नट र क्रिमी ग्रेभीमा पकाउन सकिन्छ ।

दाल पन्चमेला - पाँच थरिको दाल मिसाएर इन्डियन फ्रेस मसला र घ्यू या बटर हाली बनाउन सकिन्छ ।

पनिर परोठा - पनिरलाई ग्रेट गरी मसला मोलेर आँटाको पिठोमा भरेर घ्यू या बटर हालेर बनाउन सकिन्छ ।

आलु तामा बोडी - आलु, तामा, बोडी मिसाएर बनाएको नेपाली झोल तरकारी पनि शाकाहारीका लागि उत्तम विकल्प हुन्छ ।

मासको बारा - मासको दाल भिजाएर बोक्रा फाली, ब्यान्ड गरी लेदोलाई अदुवा लसुनको पेस्ट मिसाइ नेपाली मसला हालेर तोरीको तेलमा बाबर हालेर बनाउन सकिन्छ, जुन नेपाली गोलभेडाको अचार सँग निकै मिठो मानिन्छ ।

दूधबरी - दूधलाई लामो समयसम्म पकाएर घटाइ पकाएको र केसरी हालेर बनाएको एक स्वादिष्ट मिठाइ हो ।

पत्रकार महासंघद्धारा फिचर लेखन प्रतियोगिता हुने

◆ विकास संवाददाता

नेपाल पत्रकार महासंघ मकवानपुर शाखाले कोरोनाबाट प्रभावित भएका पत्रकारहरूको लागी भन्दै फिचर लेखन प्रतियोगिता आयोजना गर्ने भएको छ ।

पत्रकार महासंघ मकवानपुरले मकवानपुर जिल्लामा काम गरिरहेका पत्रकारहरूलाई लक्षित गरी कोरोना कहरमा शिक्षा, स्वास्थ्य, उद्योग, व्यापार, पर्यटन र कृषि क्षेत्रमा परेको समस्या र प्रतिकुलताका बीचमा भएका कामहरू साथै तीन तहका सरकारले खेलेको भूमिका' विषयभित्र रहेर फिचर लेखेर प्रतियोगितामा सहभागी हुन आग्रह गरेको छ ।

पत्रकार महासंघ मकवानपुरका अध्यक्ष मणिराज गौतमले प्रतियोगितामा सहभागिताका लागी कम्तिमा एकहजार ५ सय शब्दमा नघटाइ फिचर लेख्नुपर्ने बताए । तोकिएको विषयमा तयार पारिएको फिगर यही साउन २५ गतेभित्र महासंघको इमेलमा फिचर आइसक्नुपर्ने अध्यक्ष गौतमले जानकारी दिए ।

मकवानपुरका अग्रज पत्रकारहरूलाई निर्णायकको रूपमा चयन गरिने र उनिहरूकै निर्णयको आधारमा विजेता घोषणा गरिने पनि अध्यक्ष गौतमले बताए ।

प्रथम, द्वितीय र तृतीय हुने प्रतिस्पर्धीले क्रमशः २५ हजार, १५ हजार र १० हजार रूपैयाँ नगद पुरस्कार प्राप्त गर्नेछन् भने सान्त्वना हुने ७ जनालाई जनही ५ हजारका दरले पुरस्कृत गरिने महासंघ अध्यक्ष गौतमले जानकारी ।

चुरियामाई सुरुङमार्ग शिलान्यास

◆ विकास संवाददाता

हेटौंडा उपमहानगरपालिका वडा नम्बर-१५ चुरियामाईमा रहेको दक्षिण एशियाकै पहिलो सुरूङ्मार्गको पुननिर्माण शुरू भएको छ । बागमती प्रदेशको राजधानी समेत रहेको हेटौंडा स्थित चुरियामाई सुरूङ्मार्गको पुनर्निमाण सुरु भएको हो । १४ साउनमा बागमती प्रदेशका मुख्यमन्त्री डोरमणि पौडेलले उक्त सुरूङ्मार्ग पुननिर्माणको शिलान्यास गरेका हुन् । शिलान्यास कार्यक्रममा बोल्दै मुख्यमन्त्री पौडेलले देशकै पहिलो चुरियामाई सुरूङ्मार्गको संरक्षण र सम्बर्द्धन आवश्यक रहेको बताए ।

मुख्यमन्त्री पौडेलले इतिहासको प्रचारप्रसार गर्न तथा पर्यटन प्रवर्द्धन गर्नको निम्ति प्रदेश सरकारले सुरूङ्मार्गको पुननिर्माणको काम शुरू गरेको बताए । उनले चुरियामाई सुरूङ्मार्गलाई अध्ययन गर्ने स्थलका रूपमा विकास गरिने समेत बताए । यसैगरि कार्यक्रममा भौतिक पूर्वाधार विकासमन्त्री रामेश्वर फुयाँलले पुनर्निर्माणको जिम्मा पाएको माउण्टेन इन्फ्रा कम्पनीलाई समयमै पुननिर्माणको काम सम्पन्न गर्न आग्रह गरे । उनले देश सुरूङ्मार्गमा प्रवेश गरिसकेको बताउँदै भीमफेदीदेखि कुलेखानीसम्ममा निर्माण हुन लागेको पोस्टबहादुर बोगटी सुरूङ्मार्गको चाँडैनै टेण्डर खुल्ने दाबी गरे । उनले पोस्टबहादुर बोगटी सुरूङ्मार्गको नाम परिवर्तन गर्न केहि राजनीतिक दलको दबाब आएको समेत बताए । उनले प्रदेश सरकार पोस्टबहादुर बोगटी सुरूङ्मार्ग निर्माण गर्नबाट पछि नहट्ने बताए ।

मन्त्री फुयाँलले प्रदेशसरकारले जनचाहना अनुरूप काम गरेको बताउँदै ५ वर्षनै मुख्यमन्त्री पौडेलकै सरकार रहने दाबी गरे । उनले प्रदेश सरकारले हालसम्म ५० वटा पुलहरू निर्माण सम्पन्न गरिसकेको र अझै डेड वर्षमा ५० वटा पुलहरू निमार्ण गर्ने जानकारी दिए । मन्त्री फुयाँलले प्रदेश सरकारले १ सय वटा सम्पदा संरक्षणको कार्यक्रम,साना तथा ठूला गरी १ सय वटा सिचाँई निर्माण कार्यक्रम,एक घर एक धारा लगाएतका अभियान कार्यक्रम अघि बढाएको बताए । उनले प्रदेश सरकारले करिब ४ सय किलोमिटर कालोपत्रे सडक निमार्ण गरेको समेत बताए ।

शिलान्यास कार्यक्रममा बागमती प्रदेश, भौतिक पूर्वाधार विकास मन्त्रालय अन्तरगतको यातायात पूर्वाधार निर्देशनालयका प्रमुख डा. सहदेव बहादुर भण्डारीले प्रदेश सरकारले ३ करोड ३६ लाख १३ हजार ८७८ रूपैंया लागतमा पुननिर्माण गरेर फेरि सञ्चालनमा ल्याउन लागेको बताए । उनले पुननिर्माण कार्य २०७९ बैशाख सम्म सम्पन हुने बताए ।

प्रदेश २ को बारा र बागमती प्रदेशको मकवानपुरलाई जोड्ने चुरियामाई सुरूङ मार्ग १ सय ४ वर्ष अघि अर्थात १९७५ मा राणा प्रधानमन्त्री चन्द्रशम्शेरको पालामा निर्माण भएको थियो । सुरूङ मार्गबाट वि सं २०२० सम्म सवारी आउजाउ हुने गरेको थियो । यातायात प्रयोजनका लागि निर्माण भएको दक्षिण एसियाकै पहिलो चुरियामाई सुरूङ मार्गले ऐतिहासिक महत्त्व राख्दछ । चुरियामाई सुरूङ मार्ग नेपाली सेनाका कर्णेल इन्जिनियर डिल्लीजङ थापाको नेतृत्वमा निर्माण गरिएको थियो ।

चन्द्रशम्शेरको पालामा निर्णाण गरिएको उक्त मार्ग पाँच सय मिटर लामो,नौ फिट चौडाइ र १० फिट उचाइ रहेको थियो । पछिल्ला वर्षहरूको पहिरा,भुकम्पले विभिन्न भागमा क्षति भएपछि हाल उक्त मार्ग करिब दुई सय ८० मिटरमात्र बाँकी रहेको छ । उक्त सुरूङ मार्ग नजिकै चर्चित चुरियामाईको मन्दिर रहेको छ ।

रानीको कारोवार ३८ लाख

◆ विकास संवाददाता

हेटौडा-६, चौघडामा रहेको रानी सामुदायिक वन उपभोक्ता समूहको आर्थिक वर्ष २०७७।०७८ मा ३८ लाखको कारोवार गरेको छ ।

समूहले उपभोक्ता काठ विक्रीबाट १९ लाख ११ हजार ,अनुदानबाट १४ लाख ४३ हजार, बाकल विक्रीबाट १ लाख १९ हजार, नयाँ सदस्यताबाट १ लाख आम्दानी गरेको छ ।त्यसैगरी पुरस्कारबाट ५० हजार, सदस्यता नवीकरणबाट ४६ हजार, दाउरा विक्रीबाट २२ हजार,आर्थिक सहयोगबाट २० हजार, समुहको नयाँ नेतृत्वको लागि भएको उम्मेदवारी दर्ताबाट २० हजार,बला विक्रीबाट १८ हजार आम्दानी गरेको समूहकी कोषाध्यक्ष गोमा लामिछानेले जानकारी दिइन ।

त्यस्तै समूहले काठ चिरानी ढुवानी ज्यालामा १० लाख ६ हजार सालक केज निर्माणमा ९ लाख १६ हजार ,बाल उद्यान निर्माणमा ४ लाख ५० हजार कर्मचारी तलवमा ३ लाख ६० हजार, आयआर्जन कार्यक्रममा १ लाख ५१ हजार, कर्मचारी हितकोषमा १ लाख ५० हजार,साधारणसभामा १ लाख ३६ हजार र वन व्यवस्थापनमा १ लाख २१ हजार खर्च गरेको छ ।

ल्यापटप खरिदमा ८५ हजार वृक्षारोपणमा ३० हजार, बत्ती,पानी र ईन्टरनेटमा २५ हजार, अन्यमा २५ हजार सामान खरिदमा २२ हजार, छात्रवृतिमा २० हजार, लेखा परिक्षणमा १५ हजार, विज्ञापनमा १५ हजार, कर्मचारी पोशाकमा १० हजार खर्च गरेको समूहले जनाएको छ ।समूहले आर्थिक वर्ष २०७६।०७७ मा २४ लाखको कारोवार गरेको थियो ।

राष्ट्रिय पुरस्कारबाट समेत पुरस्कृत वन उपभोक्त समुहमा हाल सम्म ५ सय ६० भन्दा बढी टोलीले अवलोकन गरेको समूहका उपाध्यक्ष केशव धितालले बताएका छन ।

यस वर्ष जिल्लमै उत्कृष्ट सामुदायिक वनको पुरस्कार पाएको वन उपभोक्त समुहले लोप उन्मुख सालक संरक्षणमा उल्लेख्य भुमिका खेल्दै आएको छ ।

दुर्घटनामा चालकको मृत्यु

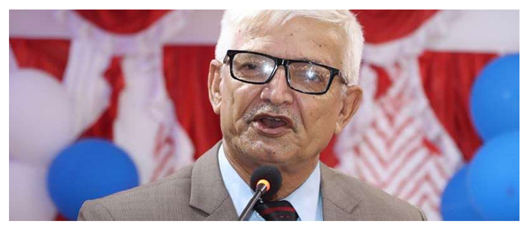
◆ विकास संवाददाता

मकवानपुरको पूर्वी क्षेत्रमा पर्ने बकैया गाउँपालिकामा खेत जोत्दै गरेको ट्याकटर दुर्घटना हुँदा एकजनाको मृत्यु भएको छ ।

बकैया वडा नम्बर ८ खजुरीदमारमा खेत जोत्दै गरेको प्रदेश नं.३-००१ त २५२ नम्बरको ट्याकटर दुर्घटनाग्रस्त हुँदा बकैया -३ बस्ने बर्ष २२ बर्षीय बुद्ध भोलोनको मृत्यु भएको मकवानपुर प्रहरीले जनाएको छ । मृतक दुर्घटनाग्रस्त ट्याक्टरको चालक भएको प्रहरीले जनाएको छ ।

स्थानीय कृष्ण बहादुर बज्युको धान रोप्न खेत जोत्दै गरेको ट्याकटर एक्कासि अनियन्त्रित भई दुर्घटनाग्रस्त हुँदा चालक भोलोनको घटनास्थलमै ज्यान गएको मकवानपुरका प्रहरी प्रवक्ता डिएसपी जयश्वर रिमालले बताएका छना।घटनाको आवश्यक अनुसन्धान भईरहेको र शवको मुचुल्काको लागि जिल्ला प्रहरी कार्यालयबाट प्रहरी निरीक्षकको टोली घटनास्थल पुगेको जनाइएको छ ।

दुई वर्षमा २ सय ६ किलोमिटर सडक निर्माण



◆ विकास संवाददाता

वाग्मती प्रदेश सरकारले दुई वर्षको अवधिमा सडक नपुगेका गाउँमा २ सय ६ किलोमिटर नयाँ सडक ट्र्याक खोलेको छ । प्रदेशको भौतिक पूर्वाधार विकास मन्त्रालय अन्तर्गतको यातायात पूर्वाधार निर्देशनालयले गाउँका नागरिकलाई सडकको पुँहुचसम्म पुर्याउनका लागि भनेर दुई वर्षको अवधिमा २ सय ६ किलोमिटर नयाँ सडक ट्र्याक खोलिएको हो ।

निर्देशनालय मातहतका कार्यालयले अघिल्लो आर्थिक वर्ष २०७७/०७८ मा ६६ किलोमिटरमा नयाँ ट्र्याक खोलिएको थियो । त्यसैगरी आर्थिक वर्ष २०७६/०७७ मा एक सय ३९ दशमलब ४९ किलोमिटर नयाँ सडक ट्र्याक खोलिएको यातायात पूर्वाधार निर्देशनालय हेटौंडाका सूचना अधिकारी हरिप्रसाद ओझाले बताउनुभयो ।

यसैगरी प्रदेशका विभिन्न जिल्लामा भत्किएका ५ सय ४ किलोमिटर सडकको मर्मत गरिएको उहाँले बताउनुभयो । आर्थिक वर्ष २०७७/०७८ मा एक सय ४९ दशमलब २२ किलोमिटर सडकको मर्मत तथा आर्थिक वर्ष २०७६/०७७ मा एक सय ११ दशमलब ४८ किलोमिटर सडकको मर्मत गरिएको निर्देशनालयले जनाएको छ ।

विकास खबरपत्रिकाको स्वामित्व फेरियो

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुरको थाहानगरबाट १४ वर्षदेखि निरन्तर प्रकाशन भैरहेको विकास खबरपत्रिका साप्ताहिकको स्वामित्व परिवर्तन भएको छ। पत्रिकाकाको स्वामित्व दिगो विकास मल्टिमिडिया (प्रा) लि. ले लिएको हो ।

पत्रिकाका प्रकाशक सुरज कुमार भुजेलले उक्त कम्पनीलाई विकास खबरपत्रिकाको मुल्याङ्कन सहित स्वामित्व हस्तान्तरण गरेका हुन् । १३ वर्षसम्म पत्रिकालाई पाठक समक्ष पुर्‍याउनका लागि सहयोग गर्ने पत्रकार, समाचारका स्रोतहरू, सहकर्मीहरू, संघसंस्था, स्थानीय तहहरू, सम्पूर्ण शुभचिन्तक, सरकारी तथा गैरसरकारी संस्थाहरू, राजनीतिक दलका प्रतिनीधिहरूलाई प्रकाशक भुजेलले धन्यवाद सहित आभार व्यक्त गरेका छन् ।

विकास खबरपत्रिका प्रेस काउन्सिल नेपालको 'क' वर्गमा वर्गिकृत पत्रिका हो । सञ्चारसम्बन्धी विविध कार्यहरू गर्ने उद्देश्यले वि.सं. २०७५ सालमा कम्पनी रजिष्टार कार्यालयमा दर्ता भएको उक्त कम्पनीले अब आफ्नो उद्देश्य अनुसार पत्रपत्रिका प्रकाशन सम्बन्धी कार्य गर्ने जनाएको छ ।

आर्थिक वर्ष २०७७/०७८ बाटै पत्रिका व्यवस्थापनको जिम्मेवारी लिएको दिगो विकास मल्टिमिडियाले हालै आधिकारिकता पाएको हो । कम्पनी संचालक समितिले पत्रपत्रिकासंगै अन्य सञ्चार सम्बन्धी कार्यहरू संचालन गर्ने समेत योजना बनाएको छ ।

एफ.एम. रेडियो, टेलिभिजन, पत्रपत्रिका, डकुमेन्ट्री, रेडियो कार्यक्रम निर्माण, अनलाइन संचालन तथा आमसञ्चार र अन्य सामाजिक क्षेत्रका जनशक्तिलाई क्षमता अभिवृद्धिलगायतको काम गर्ने कम्पनीको उद्देश्य रहेको छ ।

स्वामित्व ग्रहणसंगै दिगो विकास मल्टिमिडिया (प्रा) लि. ले पत्रिकालाई थप व्यवस्थित ढंगले प्रकाशन गर्ने जनाएको छ ।

यसका लागि आम पाठक, विज्ञापनदाता र सम्पूर्ण वुद्धिजवी र सरोकारवालाहरूलाई सहकार्यका लागि अनुरोध गरेको छ ।

थाहानगर : भेरोसिल छोपाछोप, कमैले लगाए जोन्सन खोप !

◆ विकास संवाददाता

थाहानगरमा पछिल्लोपटक आएको १८०० जोन्सन खोप मध्ये १२ साउनमा ८६० जनाले लगाएका छन् । अपेक्षाकृत कम व्यक्तिहरू कोरोना विरूद्दको अमेरिकी कम्पनीको जोन्सन एन्ड जोन्सन खोप लगाउन आएका हुन् ।

यसअघि १९५० डोज भेरोसेल खोप आउँदा खोप नपुगेर लाइनमा बसेका नागरिकहरूलाईसमेत फर्काउनु परेको थियो । पूर्व सूचना भएपनि १२ साउनमा थाहाको आग्रा स्वास्थ्य केन्द्रमा खोप कार्यक्रम सञ्चालन हुन सकेन ।

अन्य स्वास्थ्य केन्द्रहरूमा खोप सञ्चालन गर्दा ४४१ पुरुष र ४१९ महिलाले खोप लगाएको नगर पालिकाले जनाएको छ ।

१३ साउनमा बज्रबाराही, आग्रा स्वास्थ्य चौकी र प्राथमिक स्वस्थ्य केन्द्र पालुङमा जोन्सन खोप लगाइने कार्यक्रम रहेको छ ।

थाहामा ट्याङ्कर दुर्घटना

◆ विकास संवाददाता

११ साउन विहान थाहा नगर पालिकाको कुन्छाल-कुलेखानी सडकअन्तर्गत कुन्छाल डुक्चेबजारमा इन्धन बोकेको ट्याङ्कर पल्टिएको छ ।

९ हजार लिटर डिजेल र ३ हजार लिटर पेट्रोल बोकेर अमलेखगञ्जबाट त्रिभुवन रजापथ हुँदै सिस्नेरीतर्फ गइरहेको ना ७ ख ५२१८ नम्बरको ट्याङ्कर डुक्चेबजारको पुलमा विहान ५:४५ बजे दुर्घटनामा परेको थियो । बास्ताकोटी आयल स्टोर्श सिस्नेरीका लागि इन्धन बोकेर जाँदै गरेको ट्याङ्कर सडकबाट ६ मिटर तल खसेको इलाका प्रहरी कार्यालय पालुङले जनाएको छ ।

पुलको मुखको जमिन भासिएर सडक साँघुरो हुँदा ट्याङ्कर दुर्घटना भएको बास्ताकोटी आयल स्टोर्शका सञ्चालक शंकर बास्ताकोटीले जानकारी दिए। गत १८ असारमा परेको अविरल वर्षाले डुक्चेबजारमा रहेको पुल जोडिएको जमिन खोतेलेपछि सो क्षेत्रमा सवारी दुर्घटनाको जोखिम बढेको थियो। दुर्घटनामा मानवीय क्षति नभएको इलाका प्रहरी कार्यालय पालुङले जानकारी दिएको छ ।

इन्द्रसरोबरका २ सहित ३ पक्राउ

◆ विकास संवाददाता

संरक्षित वन्यजन्तु (कछुवा) बिक्री गर्न लागेको अवस्थामा प्रहरीको केन्द्रीय अनुसन्धान ब्यूरो (सिआइबी)ले काठमाडौँबाट तीन जनालाई पक्राउ गरेको छ । पक्राउ पर्नेमा इन्द्रसरोवर गाउँपालिका-२ का विशाल सुनार, सोही ठाउँका ४१ वर्षीय विक्रम सुनार र मोरङ उर्लाबारीका भुवन राई रहेका ब्यूरोका प्रवक्ता प्रहरी उपरीक्षक श्यामकुमार महत्तोले जानकारी दिए ।

वन्यजन्तु तथा वनस्पतिसँग सम्बन्धित अपराध अनुसन्धान तथा नियन्त्रणका लागि परिचालित प्रहरी टोलीले उनीहरूलाई काठमाडौँको दक्षिणकाली नगरपालिका-६ फर्पिङबाट पक्राउ गरेको जनाइएको छ ।

संरक्षित वन्यजन्तु अवैध रूपमा ओसार-पसार तथा बेचबिखन गर्न लागेको भन्ने विशेष सूचनाका आधारमा खटिएको टोलीले उनीहरूका साथबाट जिउँदो कछुवासमेत बरामद गरेको छ ।

उनीहरूलाई आवश्यक कारबाहीका लागि डिभिजन वन कार्यालय हात्तीसारमा बुझाइएको ब्यूरोले एक सूचना जारी गरी जनाएको छ । उनीहरूमाथि राष्ट्रिय निकुञ्ज तथा वन्यजन्तु संरक्षण ऐन, २०२९ अनुसार कारबाही प्रक्रिया अघि बढेको छ ।

'कृषिप्रधान देशमा खोइ कृषि ऐन ?'

◆ विकास संवाददाता

विद्यालयको प्राथमिक तहदेखि नै बालबालिकालाई अध्ययन मात्र होइन, घोकाएर कण्ठ गर्न लगाइने पाठ्यक्रमको महत्वपूर्ण वाक्य हो, 'नेपाल कृषिप्रधान देश हो ।' मुलुकका ६५ प्रतिशतभन्दा बढी जनता कृषि पेशामा संलग्न छन् । हाम्रो मुलुकको अर्थतन्त्रको मुख्य आधार कृषि नै हो। कृषि र कृषकका नाममा राज्यको ढुकुटीबाट अर्बौं रकम रित्तिन्छ तर विडम्बना आजसम्म मुलुकमा 'कृषि ऐन' नै बनेको छैन । ती सबै अनुदान वितरण कार्य निर्देशिकाकै भरमा हुँदै आएको छ ।

राष्ट्रियसभा प्रत्यायोजित व्यवस्थापन तथा सरकारी आश्वासन समितिको बैठकमा सभापति रामनारायण विडारीले भने, 'कृषि प्रधान मुलुकमा आजसम्म कृषि ऐन छैनभन्दा अचम्म लाग्न सक्छ तर वास्तविकता यही हो, अहिलेसम्म कृषि ऐन नै रहेनछ ।' बैठकमा बोलाइएका कृषि तथा पशुपक्षी विकास सचिव र मन्त्रालयका पदाधिकारीलाई समितिले एक वर्षअघि नै ऐन बनाएर मात्र काम गर्नुस्, निर्देशिकाको भरमा राज्यकोषबाट खर्च गरिनुहुन्न भनेर निर्देशन दिएको स्मरण गराउँदै सभापति विडारीले भने, 'त्यतिबेलै ऐन बनाउँदै छौं, अब छिट्टै बन्छ भनेको हैन, अहिलेसम्म खै त ?' मन्त्री र सचिवको नेतृत्वले मुलुकमा कृषि क्षेत्रको विकास र विस्तारका नाममा आफन्तलाई अनुदान दिन मिल्ने गरी वर्षौंदेखि वार्षिकरूपमा अर्बौं रकम निर्देशिकाकै भरमा दिने गरिएको खुलासा भएको हो ।

निर्देशिकामार्फत होइन, ऐन बनाएर काम गर्न निर्देशन दिएको एक वर्षपछि 'कृषि ऐन' प्रगतिबारे जानकारी लिन समितिले मन्त्रालय नेतृत्वलाई बोलाएर जिज्ञासा राख्दा भर्खर कानून मन्त्रालयबाट सैद्धान्तिक सहमति प्राप्त भएको र मस्यौदाकै चरणमा रहेको सुनेपछि सांसदहरू छक्क परेका थिए ।

बैठकमा सभापति विडारीले भने, 'सजिलो के भएको छ भने, वर्षमा एकचोटि आयो मस्यौदा भा'छ भन्यो, अर्को पटक कानूनमा पठा'छ भन्यो, अर्को पटक कानूनबाट फर्केर आ'छ भन्यो, भन्दा सधैं यस्तै मात्र हुने भो, हाम्रो मूल प्रश्न के हो भने राज्यको ढुकुटीबाट खर्च गर्ने पैसा मन्त्री वा सचिवले निर्देशिका बनाएर 'लवाइखवाईमा' खर्च गर्न पाइन्छ ? सही हो हाम्रो संवैधानिक व्यवस्था भन्ने हाम्रो जिज्ञासा ?'

समितिले यस विषयमा मन्त्रालयको पटक-पटक ध्यानाकर्षण र सचेत हुन भन्दै निर्देशन गरेको स्मरण गराउँदै बैठकमा सदस्यहरूले भने, 'फेरि कानूनलाई अन्तिम रूप दिन धेरै समय लगाउनु होला, यो गलत भो, बाहिर के भनिन्छ भने नक्कली किसानलाई धेरै अनुदान वितरण हुन्छ, मन्त्रीका मान्छेलाई धेरै अनुदान पर्छ, साँच्चिकै किसानले पाउँदैनन्। यो व्यक्ति विशेषले नभई प्रणालीमै देखिएको समस्या हो, मुलुकमा विकास नभएका कारणमध्ये एक यो प्रवृत्ति पनि हो ।' बैठकमा कृषि तथा पशुपक्षी मन्त्रालयका सचिव कृष्ण आचार्यले भने धेरै वर्षदेखि ऐनका लागि प्रयास भए पनि हालसम्म सफल हुन नसकेको जानकारी दिएका थिए ।

'कृषि ऐन' नभएकै कारण मलको पनि गुणस्तर निर्धारण गरी त्यसका आधारमा खरिद गर्ने र अनुदान दिने भन्ने कानूनी स्पष्ट नीति पनि नरहेको जानकारी दिइएको थियो । कृषि मलसम्बन्धी विषय पनि निर्देशिकाकै आधारमा चलेको देखिएको छ। बजेटमार्फत् सरकारले रासायनिक मलमा प्रदान गरिने अनुदानलाई वृद्धि गरी आगामी वर्षका लागि रू १२ अर्ब पुर्‍याएको छ । सरकारले जैविक विषादी कारखाना स्थापना गर्न निजी क्षेत्रलाई ५० प्रतिशतसम्म पूँजीगत अनुदान उपलब्ध गराउने घोषणा गरेको छ । कृषि ऐनको मस्यौदा नेपाल कानून आयोगबाट मन्त्रालयमा आइपुगेकाले सरोकारलावासँग छिटो छलफल र सल्लाह गरेर विधेयकका रूपमा सदनमा दर्ता गर्न मन्त्रालयलाई समितिले निर्देशन दिएको समिति सचिव सुदर्शन खड्काले जानकारी दिए । संसदलाई मात्र होइन, मन्त्रालयले आफ्नो हितका लागि बनाउने भएकाले निर्देशिका कहीँ कतै देखाउन र पारित गर्न पर्दैन। निर्देशिकाको प्रयोग मुलुकमा ठीक ढङ्गबाट हुन नसकेकाले रोक्न जरूरी भएको समितिको सुझाव छ ।

कृषि ऐन नभएकाले निर्देशिका पनि अर्कै (सुशासन) ऐनको सहायतामा निर्माण हुँदैआएको छ । समितिले तदारूकताका साथ कृषि ऐनलाई बनाउन मन्त्रालयलाई निर्देशन दिएको छ । कृषिमा आधारित उद्यम तथा मूल्य शृत्ला विकासका लागि सहुलियतपूर्ण कर्जा प्रवाह गर्न रू सात अर्ब ६० करोड छुट्याएको छा यी सबै सहुलियत निर्देशिकाकै आधार मा वितरण गर्ने व्यवस्था छ । यसैबीच सरकारले केही वर्षअघिसम्म कृषि क्षेत्रमा वैदेशिक लगानी नहुने भनी ऐनमै लेखे पनि पछिल्लो समय लगानी भएका उद्योगबाट उत्पादित वस्तु ७० प्रतिशत विदेश निर्यात गर्ने प्रावधान राखेर संशोधन गरेपछि नेपाल डेरी सङ्घलगायतले गम्भीर असहमति जनाउँदै त्यो व्यवस्थाले स्वदेशी उद्योगलाई धराशायी तुल्याउने चेतावनी दिँदै आएका छन् । सरकारको यसमा लुकेको स्वार्थ के हो भनी समितिमा प्रश्न उठाइएको थियो ।

संसदले पारित गरेको ऐनको मनसाय र सरकारका नीति तथा कार्यक्रमविपरीत रहेकाले उद्योग वाणिज्य महासंघ र कृषि मन्त्रालयको नेतृत्वसँग छिट्टै थप छलफल गर्ने समितिले निर्णय गरेको छ ।

नागरिकहरुको समस्या बुझ्न गाउँमा पुगे मेयर महत

◆ विकास संवाददाता

हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको निकै दुर्गम गाउँ बुंगेमा नागरिकहरूको समस्या बुझ्न मेयर हरि बहादुर महत पुगेका छन् ।

हेटौंडा उपमहानगपालिको वडा नंबर १७ मा पर्ने उक्त गाउँमा मेयर महत पहिलो पटक पुगेका हुन् । हेटौंडाको सबै वडा मध्यमा अत्यन्त विकट मानिने यस क्षेत्रमा नागरिकहरूको समस्या बुझ्नका लागि मेयर पुगेका हुन् ।

मेहर महतले उक्त गाउँका स्थानीयहरूसंग गाउँको समस्याबारे छलफल समेत गरेका थिए । स्थानीयहरूले गाउँमा सडक,खानेपानी,स्वास्थ्य लगाएत समस्या रहेको जानकारी गराएका थिए ।

उक्त क्षेत्रमा सडक र खानेपानीको निकै समस्या रहेको बताउँदै मेयर महतले चालु आर्थिक वर्षमा काम गरिने बताएका छन् । सडकको समस्या भएकाले यस क्षेत्रमा तत्काल सडक निर्माणको कामलाई थाल्ने बताउँदै मेयर महतले भने: 'हामी त्यो गाउँमा पुग्दा पनि धेरै ठाउँमा गाडी ठेल्नुपर्ने बाध्यता भौग्यौ । बिहान गएको बेलुका मात्र फर्कियौ । यस्तो विकट क्षेत्रमा काम सुरूवात गर्दै छौं ।'

करिब एक सय परिवार यस क्षेत्रमा बसोबास गर्दै आएका छन् । सडक निर्माणका लागि तत्काल जेसीवी र त्यसका लागि आवश्यक सामाग्री पठाउने उनले बताए । यहाँको विद्यालयमा अध्ययनरत विद्यार्थी हरेकलाई विद्यालय पोसाक र झोला वितरण गरिने भएको छ ।

उक्त स्थानमा खोपानी र बस्ती बचाउनका लागि तत्काल काम समेत गरिने मेहर महतको भनाई छ ।

मकवानपुरमा सम्बन्ध विच्छेदका मुद्दा बढ्यो

◆ विकास संवाददाता

पछिल्ला वर्षहरूमा मकवानपुरमा पतिपत्नीबीच सम्बन्ध विच्छेद गर्नेको संख्या निकै बढेको पाइएको छ । सँगै मर्ने बाँच्ने बाचासहित वैवाहित सम्बन्ध जोडेकाहरू केही वर्ष अन्तरालमै सम्बन्ध विच्छेद गर्ने अवस्थामा पुग्ने गरेका छन् । गत वर्ष २०७७/७८ मा हेटौंडाको जिल्ला कानुनी सहायता समितिमा दर्ता भएका ७९ वटा मुद्दामा सबैभन्दा बढि सम्बन्ध विच्छेद सम्बन्धि मुद्दा दर्ता भएका छन् । एकै वर्षमा ४२ वटा सम्बन्ध विच्छेद सम्बन्धि मुद्दा दर्ता भएको जिल्ला कानुनी सहायता समिति अधिवक्ता अप्सरा बस्नेतले जानकारी दिइन् ।

दर्ता मुद्दाहरूमा अंश दर्ता चलन सम्बन्धी ११ वटा मुद्दा , अंश सहितको सम्बन्ध विच्छेद सम्बन्धि १ वटा मुद्दा, माना चामल तथा खाना लाउन खर्च भर ई पाऊ सम्बन्धी १ वटा मुद्दा , लिखत बदर सम्बन्धि २ वटा मुद्दा , जालसाजी सम्बन्धि ४ वटा मुद्दा, नाताकायम सम्बन्धि १ वटा मुद्दा,ज्यान सम्बन्धि कसुर,जग्गा निखनाई पाउँ र संरक्षण बदर सम्बन्धि ११ वटा मुद्दा दायर भएको अधिवक्ता बस्नेतले बताइन् । त्यस्तै अंशर माना चामल सम्बन्धी ४ वटा मुद्दा दर्ता भएको देखिएको छ ।

गत आर्थिक बर्षमा सम्बन्ध विच्छेद गर्नेमा गाउँमा बसोबास गर्ने भन्दा शहरमा बसोबास गर्नेको संख्या बढि रहेको अधिवक्ता बस्नेतले जानकारी दिइन् । प्रेम विवाह गर्ने जोडीले नै बढीजसो सम्बन्ध विच्छेद गर्ने गरेको अधिवक्ता बस्नेतको भनाइ छ । 'प्रेम विवाह गर्ने कति जोडीले सम्बन्ध विच्छेद गरे भन्ने आधिकारिक तथ्यांक चाहिँ छैन । तर, उनीहरूसँग अनौपचारिक कुराकानी हुँदा धेरैजसोले प्रेम विवाह गरेको बताएका छन्,' उनले भनिन् ।

पति विदेश गएपछि पत्नीले अर्कोसँग सम्बन्ध राख्ने, सानै उमेरमा प्रेमविवाह गर्नेजस्ता कारणले बढीजसो सम्बन्ध विच्छेद हुने गरेको बस्नेतको भनाइ छ । अन्तरजातीय विवाह गर्ने पतिपत्नीको पनि धेरैजसो सम्बन्ध विच्छेद भएको देखिएको उनले बताइन् । सम्बन्ध विच्छेद गर्नेहरू बढीजसो २० देखि ४० वर्ष उमेर भित्रका रहेको जनाइएको छ । ५० वर्ष उमेरसम्मकाले पनि सम्बन्ध विच्छेद गरेको पाइएको बस्नेतले बताइन् । सम्बन्ध विच्छेदका मुद्दाहरू बढीमा ६ महिनासम्ममा टुंगिने गरेको छ ।

जिल्ला कानुनी सहायता समिति मकवानपुरले विगतका वर्षहरूमा जस्तै गरिब, असहाय, घरेलु हिंसा तथा लैङ्गिक हिंसामा परेका आदिवासी, जनजाति, दलित, बृद्धा अवस्थाका असमर्थ व्यक्तिहरूलाई निःशुल्क कानुनी सहायता प्रदान गर्ने गरेको अधिवक्ता बस्नेतले बताइन् ।

दर्ता मुद्दाहरूमा १७ वटा मुद्दाको फैसला भइसकेका छन् । त्यस्तै २० वटा मुद्दाको मिलापत्र भइसकेको छ । ३ वटा मुद्दा दर्ता पछि फिर्ता भएका छन् भने ५ वटा मुद्दा डिसमिस भएका छन् । त्यस्तै एउटा मुद्दाको मुलतबी भएको छ । बाँकी रहेको ३३ वटा मुद्दाको कारवाहिँ चलिरहेको छ ।

जिल्ला कानुनी सहायता समितिमा आर्थिक वर्ष २०७६/७७ मा ६५ वटा मुद्दा दर्ता भएको छ रू। जस मध्ये अंश दर्ता चलन सम्बन्धी ८ वटा, अंश सहितको सम्बन्ध विच्छेद सम्बन्धि १० वटा, माना चामल तथा खाना लाउन खर्च भराई पाऊ सम्बन्धी २ वटा, सम्बन्ध विच्छेद सम्बन्धि ३२ वटा, लिखित बदर सम्बन्धि ७ वटा, नताकायम सम्बन्धि १ वटा, ज्यानमार्ने उद्योग सम्बन्धी १ वटा, बिबाह बदर सम्बन्धि १ वटा मुद्दा दर्ता भएको छ ।

जिल्ला कानुनी सहायता समितिमा आर्थिक वर्ष २०७५/७६ मा १०५ वटा मुद्दा दर्ता भएको छ । जस मध्ये अंश दर्ता चलन सम्बन्धी २२ वटा, सम्बन्ध विच्छेद सम्बन्धि ४३ वटा, अंश सहितको सम्बन्ध विच्छेद सम्बन्धि ७ वटा, माना चामलर खाना लाउन खर्च सम्बन्धि ८ वटा, नाबालक छोरीको जिम्मा लिन पाऊँ सम्बन्धि १ वटा लिखत बदर (अंश, बक्स, फैसला, जेथा जमानी) सम्बन्धि ९ वटा जालसाजी सम्बन्धि ८ वटा, रिट (परमादेशर उत्प्रेषण) सम्बन्धि ४ वटा, यौन दुर्व्यवहार सम्बन्धि १ वटा, चोरीको उद्योग सम्बन्धी १ वटा र जग्गा खिचोला मेटाई चलाउन सम्बन्धि १ वटा मुद्दा दर्ता भएको छ ।

भेटियो दुर्लभ...............

नियन्त्रण गर्ने ऐन २०७३ र नियमावली २०७६ ल्याएको छ । साइटिस महासन्धिमा रहेका तीनवटा अनुसूचीमध्ये भोटेलहरा अनुसूची ३ मा पर्दछ ।

भोटेलहरा ढिलो बढ्ने सदाबहार वनस्पति हो । यो एक लहरा खालको वनस्पति हो । भाले र पोथी बिरूवा अलग-अलग हुने भएको कारण यिनीहरूमा परागसेचन हुन नसकेर पनि यो प्रजातिका नयाँ बिरूवाहरू विस्तार नभएको पराजुलीले बताए । यसको फल दम खोकीमा उपयोगी हुने अध्ययनहरूले देखाएका छन् ।

नेपालमा भोटेलहराको अध्ययन

वनस्पति अनुसन्धान केन्द्रका प्रमख बरिष्ठ बैज्ञानिक अधिकृत पराजुलीका अनसार राष्ट्रिय हर्वेरियम तथा वनस्पति प्रयोगशालाको अभिलेखअनुसार सन् १९६५ मा सबैभन्दा पहिले एम. एल. बेनर्जी नेतृत्वको समूहले पूर्वी नेपालको सिदुवा क्षेत्र आसपासबाट भोटेलहरा संकलन गरेको थियो ।

यसैगरी सन् १९६६ मा मकवानपुर वृन्दावन वनस्पति केन्द्र क्षेत्रबाट संकलन भएको थियो । त्यसयता रतुवाखोला, चुलाचुली, चितवन, संखुवासभाका विभिन्न स्थान र तनहुँबाट हर्वेरियम संकलन भएको पाइएको छ । संखुवासभाको नुम क्षेत्र, तनहुँको ढोरफिर्दी र ढोरबाराही मन्दिर क्षेत्रबाट संकलन भएको अभिलेख छ ।

पत्रकार आचार संहिताको पालना गरौं

पत्रकार तथा सञ्चार माध्यमले

- हिंसा र अपराधलाई प्रश्रय दिने,
- आत्महत्या गर्न उक्साउने,
- अश्लिल, सार्वजनिक स्वास्थ्य, शिष्टाचार र नैतिकताको प्रतिकुल हुने,
- त्रास उत्पन्न गर्ने

सामाग्री उत्पादन, प्रकाशन, प्रशारण र वितरण गर्नुहुँदैन ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

● दिगो विकास मल्टिमिडिया (प्रा.) लि.द्वारा प्रकाशित ● मुद्रण : श्रीया अफसेट प्रेस हेटौंडा ● कार्यालय : थाहा-४, मकवानपुर ● इमेलः bikaskhabar@gmail.com ● सम्पादक : कुमार नेगी