झुलेनी पोष्ट

www.jhulenipost.com

वर्ष ९, अंक २, २०७९ श्रावण १० मंगलवार (Jhuleni Post Weekly) 26 Jul 2022 पृष्ठ ८, मुल्य रु. २० साप्ताहिक

झुलेनी पोष्ट साप्ताहिक

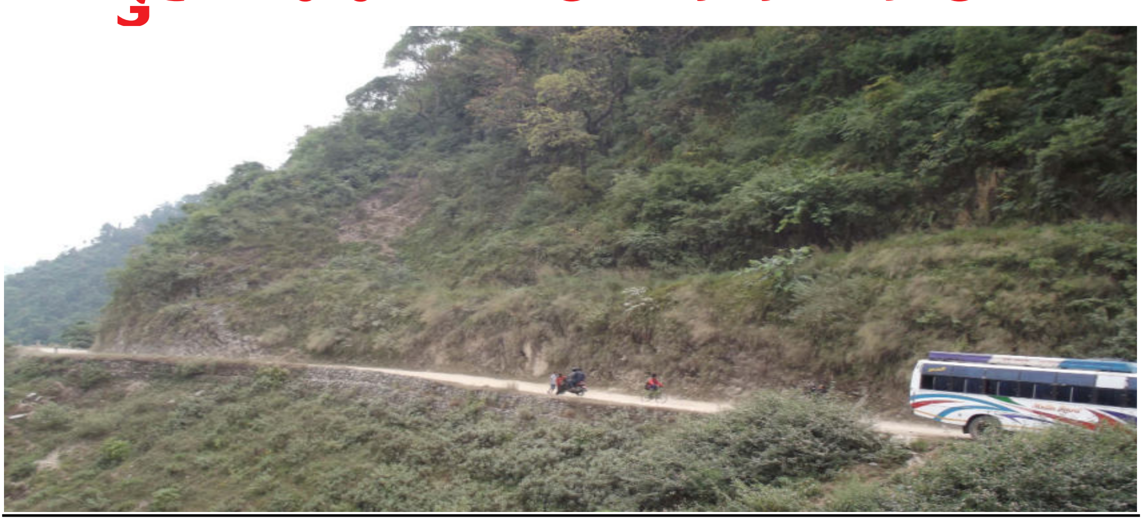
विज्ञापन प्रकाशनका लागि सम्पर्क

०८६-५९०४३६

कार्यालय : प्यूठान न.पा.-४, बिजुवार

Email : jhulenipyuthan@gmail.com

बाग्दुला-भिमगिठे सडकको फेरि चर्चा



झुलेनी पोष्ट
प्यूठान

निर्माणको लागि ठेक्का भएर रोकिएको बाग्दुला-भिमगिठे सडकको फेरि चर्चा हुन थालेको छ। सडक निर्माणको लागि भारतीय एक्जीम बैंकले सडक सुधार तथा विकास आयोजनालाई निर्माण गर्न भनेर सहमिति दिने संकेत गरेपछि सडकको पुनःचर्चा हुन थालेको हो।

बैंकले निर्माण गर्ने सहमति गरेपछि कन्ट्र्याक्टर मार्फत सडकको पुनःएनलाइशिस भैरहको आयोजना प्रमुख अर्जुन बमले जानकारी गराए। उनले १०/१५ दिनमा एनलाइशिसको काम सकिने जानकारी आएको बताए। त्यसपछि बैंकको सहमतिपछि सडक निर्माणको लागि ठेक्का हुने आयोजना प्रमुखको भनाइ छ। पहिले २ अर्व ६० करोड लागत अनुमान गरेकोमा हाल मह'गि बढेका कारण लागत बढ्न सक्ने बमले बताए। जिल्लाका नेताहरूले काम सुरु हुने भो भनेर प्रचार गर्न थालेको चार वर्ष बितिसक्दा समेत सडक निर्माणको काम अझै सुरु भएको छैन। सडक सुधार तथा विकास आयोजना मार्फत बजेट परेपछि स्थानीय तह, प्रदेश सरकाले समेत यो सडकमा बजेट बिनियोजन नगर्दा सडक जिर्ण हुँदै गएको थियो। यस वर्ष झिमरुक गाउँपालिकाले आफ्नो पालिका क्षेत्रमा मर्मत गरेकाले बर्खामा स्थानीयले केहि राहत पाएका छन्। 'एक्जिम बैंक' मार्फत भारत सरकारको ऋण सहयोगमा प्यूठानको बाग्दुला देखि बाग्लुङको भिमगिठेसम्म ७३ दशमलभ ६ किलोमिटर दूरी सडक कालोपत्रे गर्ने भनिएको छ।

हाल ट्र्याक खोलिएको सडकलाई ७ मिटर चौडा बनाएर ५ मिटर कालोपत्रे गरिने योजना रहेको आयोजनाले जनाएको छ। बाग्दुला देखि अर्खासम्म कच्ची सडक निर्माण भइसकेको छ। सडकले प्यूठान नगरपालिका, झिमरुक र गौंमुखी गाउँपालिका क्षेत्र प्यूठान तर्फ समेट्छ। सडक आसपासमा सयौं भौतिक संरचना छन्। सडक क्षेत्रमा रहेका भौतिक संरचनाको मुल्यांकनको आधारमा क्षतिपूर्ति दिएर फराकिलो बनाउने योजना छ।

यो सडकको सन २०१६ मा डिटेल सर्भे गरिएको थियो। सडक निर्माण भएपछि सडक क्षेत्रका १० हजार ९ सय १० घरधुरीका ५१ हजार ९ सय जनाले प्रत्यक्ष फाइदा लिने छन्। सडक कालोपत्रे भए प्यूठान, रोल्पा, गुल्मी, अर्घाखाँची र बाग्लुङका स्थानीयलाई राजधानी काठमाडौं जाने बैकल्पिक मार्ग समेत हुने छ। म्याग्दी, बाग्लुङ क्षेत्रका स्थानीयलाई पूर्व-पश्चिम राजमार्ग भालुबाङमा भेट्टाएर पश्चिम यात्रा गर्ने सहज हुने छ।

भारतको कोइलावास हुँदै दाङ भालुवाङ, प्यूठान बाग्दुला, बाग्लुङ भिमगिठे भएर मुस्ताङ पुगी चीनको लोवाङथाङलाई जोड्ने उक्त सडकको लक्ष्य हो। पूर्व-पश्चिम रागमार्ग अन्तर्गत दाङको भालुबाङ देखि भिम गिठेसम्म १ सय ३२ किलोमिटर दुरी पर्छ। सडक निर्माण भएपछि यस क्षेत्रको समग्र आर्थिक विकासले फड्को मार्ने प्यूठानीले आशा गरेका छन्।

जीवनको रङ्ग

मेहनत गरे गाउँमै सम्भव छ रोजगारी

सुजता थापा क्षेत्री (भण्डारी)
झुलेनी पोष्ट, प्यूठान

नौबहिनी गाउँपालिकाका एक यूवा बंगुरपालन व्यवसायबाट मनग्य आर्थिक लाभ लिन सफल भएका छन। नौबहिनी गाउँपालिका ४ खवाङका किसान अर्जुन केसीले बंगुर फर्म सञ्चालनमा गरेको ६ वर्षमै राम्रो आम्दानी गर्न सफल भएका छन्। 'गाउँमै १ रोपनी जग्गा भाडामा लिएर बंगुर फर्म खोलेको छु,' उनले भने,' मेहनत गरे गाउँमा बसेरै सबै थोक सम्भव छ।' ८ कक्षमा पढ्दा पढ्दै अजुन विदेश गएका थिए। २ वर्ष बिदेश बसेर घर फर्केपछि विदेश नजाने निर्णय गरेर उनले गाउमै व्यवसाय गर्न थालेका हुन्। २७ वर्षका अर्जुन परिवारसंगै बसेर बंगुर पालन गरेर भएको आम्दानीले निकै हौसीएका छन्।

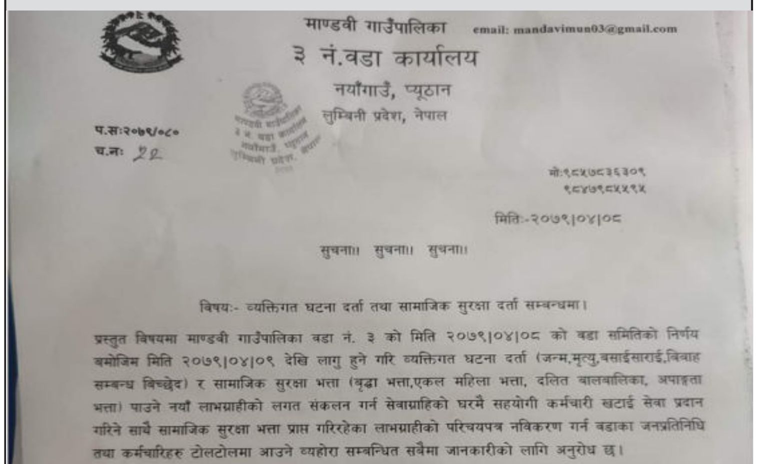
आमाको नाममा कला बहुदेश्य कृषि तथा पशुपंक्षी फर्म दर्ता गरि फर्म सञ्चालनमा ल्याएका हुन। ऋण गरेर ४ लाख लगानीमा गाउँमै जग्गा भाडामा लिएर ११ वटा बंगुरबाट बंगुर पालन सुरु गरेका थिए। उनले २१ कोठाको बंगुर खोर बनाएका छन। भाडामा लिएको १ रोपनी जग्गाको वार्षिक रुपमा ६० हजार रुयौयाँ भाडा तिर्दै आएका छन। हाल उनको फर्ममा ३४ वटा बंगुर छन। मासु तथा पाठापाठी बिक्री भइरहने भएकोले गाउँमै मासु र पाठापाठीको माग निकै राम्रो छ। उनको फर्ममा ल्यान्डेस, हेमसार र कालो धराने जस्ता उन्नत जातका बेलायती बंगुरहरु छन। यस्ता उन्नत जातका बेलायती बंगुर पालन गर्दा प्रसस्त लाभ भइरहेको उनले बताए।

फर्मबाट गाउँबाहेक बाहाने, विजुवार, दम्तीसम्मका मान्छेले पनि बंगुरका पाठापाठी खरिद गर्न जाने गरेको उनले बताए। अझैसम्म कुनै अनुदान नपाएको उनले सुनाए। ६ वर्षमा बंगुरको दाना, उपचार तथा पारिवारीक

बाँकी ६ पेजमा

हाम्रो नजर

माण्डबी ३ बाट सबैले सिकौं



माण्डवी गाउँपालिका email: mandavimun03@gmail.com
३ नं.वडा कार्यालय
नयाँगाउँ, प्यूठान
लुम्बिनी प्रदेश, नेपाल

प.स:२०७९/०८०
च.न: २२

मो:९८५७८३६३०९
९८४७९८५५९५

मिति:-२०७९|०४|०८

सुचना॥ सुचना॥ सुचना॥

विषय:- व्यक्तिगत घटना दर्ता तथा सामाजिक सुरक्षा दर्ता सम्बन्धमा।

प्रस्तुत विषयमा माण्डवी गाउँपालिका वडा नं. ३ को मिति २०७९|०४|०८ को वडा समितिको निर्णय बमोजिम मिति २०७९|०४|०९ देखि लागु हुने गरि व्यक्तिगत घटना दर्ता (जन्म,मृत्यु,बसाईसाराई,बिवाह सम्बन्ध बिच्छेद) र सामाजिक सुरक्षा भत्ता (वृद्धा भत्ता,एकल महिला भत्ता, दलित बालबालिका, अपाङ्गता भत्ता) पाउने नयाँ लाभग्राहीको लगत संकलन गर्न सेवाग्राहिको घरमै सहयोगी कर्मचारी खटाई सेवा प्रदान गरिने साथै सामाजिक सुरक्षा भत्ता प्राप्त गरिरहेका लाभग्राहीको परिचयपत्र नविकरण गर्न वडाका जनप्रतिनिधि तथा कर्मचारिहरु टोलटोलमा आउने व्यहोरा सम्बन्धित सबैमा जानकारीको लागि अनुरोध छ।

नागरिकलाई सेवा दिन माण्डवीका जनप्रतिनिधि तथा कर्मचारी सोमबार देखी टोल-टोलमा पुगेका छन्। माण्डवी गाउपालिका ३ को कार्यलयले नागरिकलाई सहज रुपमा सेवा सुविधा उपलब्ध गराउन वाडाबासीको घर-घर तथा टोल-टोलमा पुगेको छ। वडा कार्यालयले नागरिकलाई प्रदान गर्ने व्यक्तिगत घटना दर्ता, जन्म, मृत्यु, बसाईसराई, विबाह, सम्बन्ध विच्छेद र सामाजिक सुरक्षा भत्ता, अपागंता, बालबालिका भत्ता पाउने नयाँ लाभग्राहीहरुका लागि लगत संकलन गर्न घरघरमै सहयोगी कर्मचारी परिचालन गरेर सेवा प्रदान गर्ने कार्य सुरु गरेको वडा अध्यक्ष धनेन्द्र कार्कीले जानकारी दिए। वडामा कार्यरत एकजना कर्मचारीको सम्पर्क नम्बर नागरिकहरुलाई उपलब्ध गराएका उनले बताए। व्यक्तिगत घटना दर्ता सम्बन्धी कुनै पनि परिचयपत्र वनाउन आवश्यक पर्यो भने सम्वन्धीत व्यक्तिले फोन गरेमा घरमै पुग्ने व्यवस्था मिलाइएको कार्कीले बताए। साथै सामाजिक सुरक्षा भत्ता प्राप्त गरिरहेका लाभग्राहीको परिचयपत्र नविकरण गर्नका लागि वडाका जनप्रतिनिधी तथा कर्मचारीहरु टोल-टोलमा पुगेर सेवा दिन समेत वडाले थालनी गरेको छ। माण्डबीको यो जनमैत्री कार्य जिल्लाका अरु वडाहरुले समेत सिक्न लायक छ।

सबस्टेशन कहिले सञ्चालन हुन्छ ?

प्यूठान नगरपालिका ८ दम्तीमा निर्माणाधिन सवस्टेशन सञ्चालन नहुँदा नियमित विद्युत आपूर्तिमा समस्या भइरहेको छ। छिनमा विद्युत् आउने/जाने समस्याले आजित छन् यहाँका उपभोत्ता। निर्माण सम्पन्न भएर पनि सञ्चालनमा भएको ढिलाइबारे झिमरुक गाउँपालिका उपाध्यक्ष प्रमोद पोख्रेलले काठमाडौमा नेपाल विद्युत प्राधिकरणका कार्यकारी निर्देशकलाई ध्यानाकार्षण समेत गराए। समयमै काम पूरा नगर्ने निर्माण व्यवसायीलाई कारवाही हुनुपर्ने भन्दै कार्यकारी निर्देशक कुलमान घिसिङलाई भेटेरै कुरा राखे। तर, अझै सबस्टेशन सञ्चालन गर्ने सुरसार गरेको पाइदैन।

निर्माण व्यवसायीले फिल्डमा छैनन्, भेटिदैनन्। निर्माणाधीन सवस्टेशनबाट वितरण हुने ११ केभिएको लाइन विस्तारको काम समेत अलपत्र पारेर ठेकेदार बेखबर बसेका छन्। निर्माण व्यवसायीलाई काम सक्नको लागि दवाप दिइरहेको जिल्लाका नेताहरुले भन्दै आएका छन्। तर, फिल्डमा काम अलपत्र अवस्थमा छ। सरोकारवाला निकायको ताकेता अझै पुगेको छैन। छिनमा विद्युत जाने,आउने समस्याबाट हैरान भएका प्यूठानीले कहिले पाउने हो छुटकारा। यसको सहजै उत्तर कसैले दिनसक्ने अवस्था छैन।

झुलेनी पोष्ट
सम्पादकीय....

नागरिकतालाई हलुको नबनाऔं ।

नागरिकता व्यक्तिको कानुनी पहिचान दिने दस्तावेज हो । नागरिकता राज्यसँग उसको सम्बन्ध स्थापित गर्ने माध्यम पनि हो । व्यक्तिको यो सम्बन्धको सार्थकतालाई राज्यले परिभाषित गरेको राजनीतिक, सामाजिक, सांस्कृतिक र आर्थिक अधिकारलाई सुनिश्चित गर्ने माध्यमसंग पनि नागरिकतालाई हेरीनु पर्दछ । व्यक्तिको राज्यसँग सम्बन्ध स्थापित नभएमा त्यस राज्यबाट निर्देश गरिएका मौलिक अधिकारबाट ऊ वञ्चित हुने अवस्था सृजना हुन्छ ।

नेपालमा नागरिकता सम्बन्धी चलाइएका बहसहरु अन्योलता सिर्जना गरेका छन् । नागरताको हक महिला पुरुष दुबैलाई बराबरी हुनुपर्छ । तर हाम्रो देशमा नागरिकता पाउने हक बराबर छैन । जबदेखि कानुनमा नागरिकताको प्रावधान सुरु भयो त्यति नै बेलादेखि नेपाली महिलाहरु पुरुषको सहारा र कृपाबिना नागरिक हुन सकिरहेका छैनन् । यसको अन्त्य हुनुपर्छ।

चाहे बाबुको कृपा छोरीलाई होस् वा श्रीमानको सहारा श्रीमतीलाई । यस्तो कृपा र सहारामा महिलाले नागरिकता पाउन अवस्थाको अन्त्य हुनुपर्छ । हाल महिलाले नागरिताको लागि भोगेका कठोर यथार्थलाई अझ सूक्ष्म गरी विश्लेषण गर्ने हो भने बाबु, श्रीमान् वा अन्य पुरुष सदस्य लगायत परिवारबाटै बहिष्कृत गरिएका महिलाहरुको स्थिति व्यावहारिक रुपमा राज्यविहीनताको अवस्थाको छ ।

नेपाली नागरिकताको प्रावधानमा आमाको नामबाट नागरिकता दिलाई सन्तानको पहिचान स्थापित गर्ने भन्ने कुरा भ्रम मात्र हो । उसो त, यो समस्या वर्गीय दृष्टिकोणबाट पनि जटिल छ । नेपाली चेली विशेसीसंग बिवाह गरेमा त्यहाँको नागरिकता पाउन बर्षौ कुर्नुपर्छ । तर, विदेशी चेली नेपाली पुरुषसंग विबाह गरे सिन्दुर लगाएसंगै नागरिकता पाउने गरि नागरिकतालाई हलुको बनाइदै छ । यसले देश सिक्किमीकरण हुन छक्छ । यसमा आम नेपाली नागरिक सचेत हुन जरुरी छ ।

योग प्राणायाम अध्ययनको निष्कर्ष

डा.ओमहरि भट्टराई

योगका विभिन्न शारीरिक पक्ष अन्तर्गत स्वास्थ्यका लागि निर्देशन (आहार, निद्रा र ब्रह्माचर्य), स्वास्थ्य प्रति असन्तुलन, योगद्धारा स्थुल शरीरको रूपान्तरण, प्राण शक्ति तथा शरीर संचालनमा प्राणको भूमिका, प्राण साधनाको आवश्यकता, प्राणायामको प्रभाव, योगको मानसिक पक्ष र योगको आध्यात्मिक पक्षका बारेमा अध्ययन गरिएको छ। जसमा प्राण, प्राणको अर्थ एवं महत्त्व, प्राणका प्रकारहरू, शरीरमा रहेका पञ्च प्राण, प्राण साधना, विभिन्न प्राण विद्या, जीवनमा प्राणको महत्त्व, चिकित्सा विज्ञानका अनुसार प्राण, यर्थाथता, वायुमा रहेका तत्त्वहरू, सम्पूर्ण रोगहरूको निवारण र जन्मदेखि मृत्यु नहुँदासम्म प्राणको भूमिका, प्राणायामको महत्त्व एवम् फाइदाहरू, प्राणायाम साधनाका लागि केही नियमहरू, प्राणायाम साधनासहित विभिन्न प्रकारका बन्धहरूको प्रयोग र फाइदाहरू, प्राणायामका सम्पूर्ण प्रकृयाहरू, प्राणायाम गर्नुपूर्व जान्नुपर्ने नियमहरू, प्राणायाममा उपयोगी बन्धहरू, प्राणायाममा प्रयोग हुने श्वास तथा प्राण, विभिन्न रोगहरू उपचारका दृष्टिले उपयोगी अन्य प्राणायामहरू बारे अध्ययन गरिएको छ।

अध्ययनका क्रममा प्राणका बारेमा गुणात्मक अनुसन्धान गरिएको छ कि प्राण नै ईश्वर हुन् । प्राणमा विद्युत् जस्तै शक्ति हुन्छ। प्राणले तेजस्वी बनाउँछ । प्राणले नै वर्षाऋतु आउँछ र सम्पूर्ण भूमिमा भएका फोहोरहरू हटेर जान्छन् र सृष्टि सुन्दर हुन्छ । मानिस तथा पशुहरू र वनस्पतिमा खुसीयाली छाउँछ । प्राणले हाम्रो आयु बढाउँछ र सबैको जीवन सुगन्धित बनाउँछ। प्राणले शरीरमा प्रवेश गर्ने (पूरक) शरीरका सबै कोशहरूमा शक्ति र पाचन तत्व पुऱ्याउने (कुम्भक) र शरीरमा भएका अनावश्यक तत्व बाहिर फ्याँक्ने काम (रेचक) गर्दछन् । प्राण वा साहसले नै मानिसलाई अगाडि बढाउने तथा पछाडी हटाउने साहसिक कार्य गर्दछ।

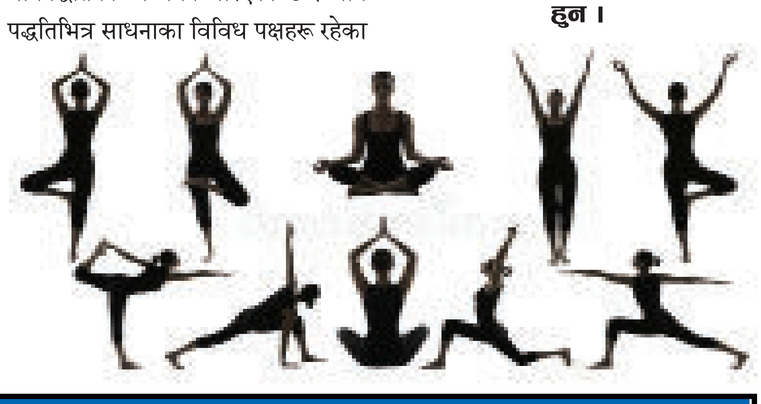
प्राण नै लामो आयुका लागि महाऔषधि हो । प्राण धारण तथा धारण नगर्ने सबैका लागि प्राण नै ईश्वर हुन् । सत्यवादीहरूलाई प्राणायामले नै पोषण प्रदान गर्दछ । प्राणलाई नै सूर्य, चन्द्रमा अर्थात् प्रजापति भनिएको छ। खाने अन्न चामल तथा जौमा पनि प्राण रहेका हुन्छन् । जब पृथ्वीमा प्राण वृष्टि हुन्छ, तब सबै औषधीय तत्व वनस्पति सबैको बुद्धि हुन्छ । जब सृष्टिमा रहेका मनुष्यले प्राणका बारेमा जान्दछन्, तब सबैले तिमीप्रति समर्पण भावले साधना गर्नेछन् । यदि सम्पूर्ण जनताले प्राणका बारेमा बुझ्े भने सधैं तिमीलाई सत्कार गर्नेछन् । यसकारण तिमीले नै यशयस्वी र सामर्थ्य प्रदान गरेका छौ । त्यसैले सबै जना तिमीप्रति समर्पित हुन्छन् ।

प्राणले नै गर्भधारण गर्नेदेखि जन्मिएर सम्पूर्ण मृत्यु नहुन्जेल निरन्तर साथ दिइरहेको हुन्छ। प्राणले नै जन्माउने, हलचल पैदा गराउने र गति दिने महत्वपूर्ण कार्य गर्दछ। प्राण नै जन्मधारण गर्ने, हलचल पैदा गर्नेवाला सबैका स्वामी हुन्, जून प्राणले धैर्य, तनाव वा आलस्यरहित भएर आत्मशक्तिमा धैर्ययुक्त रहने प्राण नै मेरो साथमा सदैव रहन्छ। सबै सजीव प्राणीहरू सुत्ने समयमा पनि प्राणले सधैँ निरन्तर साथ दिएको हुन्छ, प्राण कहिल्यै सुतेको कसैले पनि सुनेको छैन । पानीको महत्त्व जस्तै गरेर प्राणको महत्व ज्यादै छ। यस कारण प्राणले जीवन सदावहार शरीरमा रहेर हामीलाई बचाइरहेको हुन्छ । यस सृष्टिमा रहेका पञ्च तत्वमध्ये एक तत्व वायुले हाम्रो शरीरलाई जीवित राख्दछ। यसै गरी वात शरीरलाई धारण गर्नेवाला आयुर्वेदमा रहेका त्रिदोषहरू मध्ये मुख्य एक हो।

वायु नै श्वासको रूपमा हाम्रो प्राण हो । शरीरमा रहेका तीन धातुमध्ये शरीरमा वायुको नै महत्त्वपूर्ण भूमिका हुन्छ। शरीरमा रहेका पित्त र कफलाई एक स्थानबाट अर्को स्थानमा लैजाने काम वायुले नै गर्दछ । शरीरको कण कणमा व्याप्त छ। शरीरका ज्ञानेन्द्रिय र कर्मेन्द्रिय सुत्दा पनि प्राणले रात दिन अनवरत कार्य गरिरहेका हुन्छ । शरीरका सम्पूर्ण कोश, तन्तु, अङ्ग, प्रणाली र शरीर एवम् शरीरमा रहेका हृदय, फोक्सो, मस्तिष्क एवम् मेरुदण्डसहित सम्पूर्ण शरीरलाई प्राणले नै स्वस्थकर ऊर्जावान बनाएको हुन्छ । प्राणको ऊर्जाका कारणले आँखामा दर्शन शक्ति, कानमा श्रवण शक्ति, नाशिकामा घ्राणशक्ति, गरिरहेका हुन्छन्। योग साधनामा योगपद्धतिको अध्ययन गरिएको छ । योग पद्धतिभित्र साधनाका विविध पक्षहरू रहेका छन्। ती पद्धतिहरूलाई चर्चा गरिएको छ।

कुनै पनि व्यक्ति स्वस्थ हुन का लागि शरीरमा वात, पित्त र कफ यी त्रिधातु सम हुन जरुरी हुन्छ । जुन प्रकृति को सन्तुलन बाट मात्र प्राप्त हुन्छ । अतः अनेक व्यक्तिको शरीर कति को वात प्रधान, पित्त प्रधान र कफ प्रधान हुन्छन । वात प्रधान शरीरमा आहार-विहारको दोष तथा देशकाल बाट बृद्धि हुन्छ। पित्तप्रधान शरीरमा पित्तविकृत तथा कफ विकृत शरीरमा कफ अर्थात खोकि प्रधान हुन्छ। यी शरीरमा रहेका दोषहरु हटाउन आयुर्वेदमा स्नेहन, स्वेदन, वमन, विरेचन र वस्ति पाँच कर्म बताइएको छ । हठयोग प्रदीपिकामा भनिएको छ हठयोग षटकर्ममा जून फाईदा हुन्छ त्यो प्राणायाम साधना बाट प्राप्त हुन्छ । तर अन्तर केवल समय को हो। जुन घरमा फोहोरको थुप्रो जम्मा हुन्छ त्यस फोहोर लाई हटाउन कुटो कोदालो को आवश्यक्ता पर्दछ। यसै प्रकारले शरीरमा रहेको जम्मा मल शीघ्र हटाउनका लागि षटकर्मको आवश्यक्ता पर्दछ । अर्थात जुन व्यक्तिमा वात , पित्त र कफ धेरै बढेको हुन्छ, त्यस व्यक्तिले प्राणायाम साधना भन्दा पहिले यी छ कर्म अर्थात षटकर्म गर्नु पर्दछ भन्ने बारेमा अध्ययन गरिएको छ।

भट्टराई योग प्राणायाम अनुसन्धान ने.सं वि वि अनुसन्धान केन्द्र काठमाण्डौ आ.प्राध्यापक हुन ।



सडक डिभिजन कार्यालय जस्पुर प्यूठानको सुचना

१) सडक अतिक्रमण नगरौं, जिम्मेवार नागरिक बनौं ।
२) सडक अतिक्रमण गरी बनाइएका घर टहरा तथा संरचना तत्काल हटाऔं ।
३) सडकमा फोहोर नगरौं, निर्माण सम्बन्धी राखीएका सामग्री यथाशिघ्र हटाऔं ।
४) सडक क्षेत्रमा खाल्डो नखनौं, बिग्रिए मर्मत संभार गरौं, कार्यालयलाई खबर गरौं ।
५) सडक आसपास क्षेत्रमा ढुंगा, बालुवा, गिट्टी, ननिकालौं।
६) सडक क्षेत्रमा डम्पिङ नगरौं, घर बनाउँदा सडक कार्यालयले तोकेको दुरी कायम गरी निर्माण गरौं ।
७) सडक तोडफोड गरे वा बिगारेमा सडक ऐन अनुसार कारवाही हुनेछ ।

विस्तृत जानकारीका लागि सड़क डिभिजन कार्यालय जस्पुरमा सम्पर्क गरौं ।

अनुरोधक :
सडक डिभिजन कार्यालय जस्पुर, प्यूठान ।

प्यू.जि.प्र.का.द.नं. : ११/०७०/०७१
जि.हु.का.द.नं. : ९/०७२/०७३

झुलेनी युनाइटेड नेटवर्क प्रा.लि. प्यूठानद्वारा प्रकाशित समाचारमूलक पत्रिका
झुलेनी पोष्ट साप्ताहिक

किन गतिहीन छ नेपालको परिवर्तन यात्रा ?

उमेशप्रसाद मैनाली

नेपालले आँनो परिवर्तन यात्रालाई गति दिन यस दौडमा अगाडि देखिएका देशहरूबाट शिक्षा लिदै सम्पूर्ण संरचनाहरूमा सुधार गर्न सक्नुपर्छ । होइन भने हन्टिङ्टनले भनेजस्तै 'उर्लदो आकांक्षाको क्रान्ति बद्दो निराशाको क्रान्तिमा बदलिनेछ ।' यसले क-कसको सत्यानाश गर्छ, विश्वका अन्य देशहरूको इतिहासबाट बुझ्न हुन्छ ।

देश विकासका प्रसंगमा अहिले दुइटा किताब चर्चित छन्– डारों एसमोग्लु र जेम्स ए. रबिन्सनको 'ह्वाई नेसन्स फेल' र ड्यामन सेन्टोलाको 'चेन्ज' । पहिलो किताबमा लेखकद्वयले विश्वका उही भूगोल, संस्कृति र जात भएका मुलुकहरू कोही विकासको यात्रामा निकै अगाडि र कोही पछाडि पर्नाका कारणबारे सारै गहन विश्लेषण गरेका छन् । देशको विकास यात्राले पैंया मार्न कस्ता राजनीतिक र आर्थिक संयन्त्रहरू आवश्यक हुन्छन् भन्ने कुरालाई विश्व मानचित्रका विकसित देशहरू र रुग्ण देशहरूको तथ्यगत विवरण प्रस्तुत गरेका छन् । अर्को किताब 'चेन्ज' मा लेखकले परिवर्तनका लागि प्रभाव पार्ने (इन्फ्लुन्सर) मिथकदेखि सामाजिक सञ्जालको प्रभाव र दुष्प्रभावको निकै रोमाञ्चक विवरणहरू दिएका छन् । यी दुई कृतिहरू अध्ययन गर्दा नेपालले परिवर्तन र विकासका लागि विश्वका अन्य मुलुकहरूको सन्दर्भबाट धेरै शिक्षा लिन आवश्यक देखिन्छ ।

लेखकद्वयले विकास र परिवर्तनका नाममा विकसित सिद्धान्तहरू काम नलाग्ने भएका र मानी आएका कल्पित धारणा (हाइपोथेसिस) गलत छन् भनेर प्रामाणिक रूपमै खण्डन गरेका छन् । कुनै देश परिवर्तनमा निकै अगाडि देखिनु र कुनै देश पछाडि पर्नुका तीन कल्पित धारणा प्रचलित छन् । पहिलो हो, भौगोलिक कल्पित धारणा (जोग्राफिकल हाइपोथेसिस), दोस्रो सांस्कृतिक (कल्चरल हाइपोथेसिस) । र तेस्रो, अज्ञानताको कल्पित धारणा (इग्नोरेन्स हाइपोथेसिस) । पुस्तकले कुनै देश गरिब हुनु वा विकासमा पछि पर्नुमा त्यहाँ थुप्रै बजार-असफलता देखिनु र त्यसलाई सम्बोधन गर्न नीति निर्माताहरूमा ज्ञान नहुनु भएको बताउँछ । हामी असमान विश्वमा बाँचिरहेका छौं । यसो हुनुमा माथि चर्चा गरिएको 'हाइपोथेसिस' मात्र कारण हुन सक्दैन भन्ने लेखकहरूले विभिन्न देशका उदाहरणबाट पुष्टि गरेका छन् । मेक्सिकोको सोनारा नगालेस् र संयुक्त राज्य अमेरिकाको एरिजोनामा पर्ने नगालेस एउटै भूभागलाई टुक्र्याएर बनेका छन् । तर अमेरिकाको नगालेसका बासिन्दा मेक्सिकन नगालेसको भन्दा सात गुणा समृद्ध छन् । मेक्सिकोका अन्य भागभन्दा नगालेसको आर्थिक अवस्था अमेरिकासँगको व्यापारले राम्रो छ । तैपनि त्यहाँको प्रतिव्यक्ति आय पाँच हजार डलरभन्दा माथि छैन । यो अवस्था भौगोलिक कारणले नभई दुवैतर्फ फरकफरक संस्थाहरू हुनुले हो भन्ने उनीहरूको तर्क छ । देशको विकास र रूपान्तरणका निम्ति समावेशी राजनीतिक संस्थाहरू र समावेशी आर्थिक संस्थाहरू पूर्वसर्त हुन् भन्ने यस किताबको निचोड छ । राजनीतिक संस्थाहरू समावेशी भए भने आर्थिक समृद्धि सम्भव हुन्छ र यी संस्थाहरू संरक्षित (एक्स्ट्र्याक्टिभ) भए भने उत्तर कोरिया र औपनिवेशिक बार्बाडोसमा जस्तै सीमित वर्गलाई मात्र फाइदा हुन्छ । समावेशी आर्थिक संरचनाहरूले प्रविधि र शिक्षामा सुधार ल्याउन सक्छन् जुन सम्पन्नताका इन्जिन हुन् । खुला राजनीतिले नवप्रवर्तन र आविष्कारलाई प्रोत्साहित गर्छ । बेलायतमा १६८८ को गौरवपूर्ण क्रान्तिले ल्याएको राजनीतिक उदारवादमा जेम्स वाटले 'स्टिम इन्जिन' (जसलाई उनले 'फायर इन्जिन' नाम दिएका थिए) को आविष्कार गरे र सन् १७७५ मा २५ वर्षको पेटेन्ट राइट पाउन सफल भए । यस नयाँ आविष्कारबाट आफ्नो सत्तामाथि खतरा हुन्छ भन्ने भयले अस्ट्रो-हंगेरियन, स्पेनी राजतन्त्र र रुसको जारशाहीले आफ्नो देशमा भित्र्याउन दिएनन् । यही प्रविधिबाट अस्ट्रेलिया र संयुक्त राज्य अमेरिका विकासपथमा अगाडि भए भने पूर्वी युरोप र रूस पछि पर्न गए । औद्योगिक क्रान्ति सुरु हुँदा अधिकांश युरोपेली देशहरू तानाशाह वा कुलीनहरूको शासनमा थिए । यिनीहरूको मुख्य आय जमिनदारीमा आधारित थियो । यिनीहरूको विरोध त हुने नै भयो, साना कारिगर, कामदारहरूले पनि रोजगारी गुम्ने डरले नयाँ प्रविधिको विरोध गर्न थाले । नवीन प्रविधि नरुचाउनेहरूलाई 'लुडाइट' भन्ने गरिन्छ । यिनीहरूले 'फ्लाइङ सटल' र 'स्पिनिङ जेनी' को प्रवर्तकको घरमा आगो नै लगाइदिएको किताबमा उल्लेख छ ।

'ह्वाई नेसन्स फेल' का लेखकहरूले नेपालको सन्दर्भ निकै पटक उल्लेख गरेका छन्, त्यो पनि अफ्रिकी देशहरूसँग । एक ठाउँमा भनिएको छ 'आज पनि केही देशहरू अफगानिस्तान, हैटी, नेपालहरू राष्ट्रिय राज्यको रूपमा रहेका छन् जसमा राजनीतिक केन्द्रीकरणको अभाव छ । कानुन कार्यान्वयन र व्यवस्था कायम गर्न तथा सम्पत्तिको संरक्षण गर्न केन्द्रित राज्य भएन भने समावेशी राजनीतिले प्रवेश पाउँदैन । संरक्षित संस्थाहरूले कानुन कार्यान्वयन र आर्थिक प्रोत्साहन भत्काएर राज्यलाई असफलताको मार्गतिर लैजान्छन् । परिणामतः आर्थिक गतिहीनताको स्थिति हुन्छ जस्तो कि अंगोला, क्यामरुन, चाद, कंगो, हैटी, लाइबेरिया, नेपाल, सिरालोन, सुडान, जिम्बावेको अहिलेको स्थितिले देखाएको छ ।' के नेपाल तुलना गरिएका यी देशहरूजस्तै अवस्थामा छ त ? वस्तुगत रूपमा हेर्दा करिब यस्तै छ । पहिलो त लेखकहरूले भनेजस्तै विकासका लागि पूर्वसर्त मानिएका समावेशी राजनीति र समावेशी अर्थतन्त्रको चर्चा गरौं । नेपालमा २००७ सालको परिवर्तनपछि सीमित व्यक्तिहरूको राजनीतिक अधिकार तोडेर समावेशी राजनीतिक संस्थाहरू निर्माण गर्ने आन्दोलन भएका हुन् । तर, व्यवहारमा वास्तविक समावेशी राजनीति हुन सकेन । यसका लागि २०४७ र २०६३ सालमा जनआन्दोलनको आँधीबेरीले राजनीतिक व्यवस्था नै परिवर्तन गरेको पनि हो । दुर्भाग्य नै भन्नुपर्छ, अहिलेसम्म पनि साँच्चै समावेशी राजनीति कायम हुन सकेन । दोस्रो जनआन्दोलनले आरक्षणको व्यवस्था गरेर समावेशी लोकतन्त्रको संस्थागत व्यवस्था गरेको हो । तर, संस्थागत व्यवस्था मात्रले संविधानले कल्पना गरेको आदर्श स्थापित हुँदैन । अहिले पनि नेपालको राजनीति दुई दर्जन नेताहरूको वरिपरि घुमिरहेको छ । आरक्षणबाट आउनेहरू 'ग्लास सिलिङ इफेक्ट' ले निर्णायक स्थानमा पुग्न नै सकेका छैनन् । ग्वाटेमालाका समाजशास्त्री माट्रा ककस एर्जुले भनेका थिए, 'यहाँ २२ परिवारले अर्को २६ परिवारसँग वैवाहिक सम्बन्ध बनाएर यस्तो समूह बनाएका छन् कि त्यसले नै सन् १५३१ देखि राजनीतिक र आर्थिक शक्ति नियन्त्रणमा राखेको छ ।' नेपालमा पनि २००७ अघि राणाहरूको 'ए-क्लास', पञ्चायतकालमा राजाका चाकडीबाजहरू र २०४७ पछि कांग्रेस, कम्युनिस्टका सारै सीमित नेताहरूले पूरै शक्ति हत्याएका छन् । पालोपालो यिनीहरूका आसेपासेहरूले रजगज गरिरहेका छन् । सरकार अदृश्य शक्तिहरूबाट सञ्चालित हुने 'क्रेप्टोक्रेसी' ले फणा उठाइरहेको देखिन्छ ।

नेपालको आर्थिक संस्थाहरू पनि समावेशी छैनन् । देशको अर्थतन्त्र औंलामा गन्न सकिने व्यापारिक घरानाको हातमा केन्द्रित भइरहेको छ । अर्थतन्त्र समावेशी चरित्रको हुन नसक्दा केही फर्महरूको हातमा बजार नियन्त्रित भइरहेछ जसले स्वस्थ प्रतिस्पर्धा र नवप्रवर्तनलाई अवरोध गरिरहेछ । समावेशी आर्थिक संस्थाहरूले समावेशी बजारको जन्म दिन्छ जसले बहुसंख्यक जनतालाई खेल्ने मैदान दिएर समान अवसर दिन्छ । यति मात्र होइन यसले विकासका दुई इन्जिन प्रविधि र शिक्षाको प्रवर्द्धनमा सघाउ पुर्‍याउँछ । बेलायतले जेम्स वाट, अमेरिकाले थमस एडिसन जन्मायो न कि मेक्सिको र पेरुले, दक्षिण कोरियाले सामसुङ र हुन्डाई ल्यायो न कि उत्तर कोरियाले । यदि समावेशी आर्थिक व्यवस्थाको बदला संरक्षित व्यवस्थातिर गयौं भने बिस्तारै यिनीहरूले राजनीतिमा प्रभुत्व जमाउन थाल्दछन् । आर्थिक शक्तिको प्रभावले राजनीतिक प्रभाव बढाउँदै राजनीतिक निर्णय नै यिनीहरूको इसारामा हुन थाल्दछ । राजनीतिक भाषामा यसलाई धनतन्त्र (प्लुटोक्रेसी) भन्ने गरिन्छ । यसबाट राजनीति व्यापारीको हातमा र व्यापार राजनीतिको स्वार्थमा हुन गई गरिबीको दुष्चक्रमा मुलुक फस्ने डर हुन्छ । अहिले नेपालको अवस्था यस्तै छ भन्दा अत्युक्ति हुँदैन । हरेक सरकार परिवर्तनपछि एक-दुई व्यापारिक घरानाको हितमा निर्णय हुन्छ भन्ने कुरा अब सामान्य सचेत नागरिकलाई समेत थाहा भइसकेको छ । यिनै व्यापारीहरू नीतिनिर्माण गर्ने तहमा पुगेर आफूअनुकूल नीति तर्जुमा गर्दछन् । यस्तो स्वार्थ बाझिने काम नेपालमा सामान्यजस्तै हुन थालेको छ । सन् १९०६ मा पूर्वअमेरिकी राष्ट्रपति रुजबेल्टले भ्रष्टाचारको भण्डाफोर गर्ने पत्रकारहरूलाई नयाँ शब्द प्रयोग गरेका थिए, 'मकरेकर' । नेपालका 'मकरेकर' हरूले अति सीमित व्यक्तिहरूले देशको अर्थतन्त्र पूरै कब्जा गरेको पर्दाफास गरिरहेका छन् । जबसम्म समावेशी अर्थतन्त्रको निर्माण गर्न सकिँदैन, तबसम्म न व्यापार-व्यवसायमा न त अन्य क्षेत्रमा नै नवप्रवर्तनीय सोच सम्भव हुन्छ । अब आर्थिक क्षेत्रमा राजनीतिज्ञहरूको स्वार्थ पूरा नगरी काम गर्न सकिन्न भन्ने निराशा बढ्दै छ । राजाहरूले शासन गर्दा राजाका भाइभारदारलाई सेयर नदिई काम गर्न सम्भव थिएन भन्नेहरू जीवित नै छन्, झन् अहिले त नेताहरूको सन्तान र नातेदारहरू आफैं व्यापारमा संलग्न भइरहेका छन् । राजनीतिक दलहरूका शीर्ष र दोस्रो दर्जाका नेताहरूका सन्तान के गर्छन् ? अधिकांश राज्य शक्तिबाट संरक्षित भएर व्यापार व्यवसाय गर्दछन् । केही नेताहरू त आफैं उद्योग-व्यापारमा लागेका छन् त्यो पनि राज्यको अनुदानमा । स्थिति मार्कोसको परिवारको व्यापारमा कब्जा, जिम्बावेको मुगावेको एकल नियन्त्रित अर्थतन्त्रभन्दा फरक हुन सकेको छैन । हालै श्रीलंकाबाट भागेका राजपाक्ष परिवारले करिब अर्थतन्त्र नै कब्जा गरेको समाचार आइरहेका छन् । इन्डोनेसियामा सुहार्तोको परिवारले बियर र होटल पूरै कब्जामा लिएको थियो । ली क्वान युले आफ्नो किताबमा लेखेका छन्, 'त्यहाँका पहिलो राष्ट्रपति सुकार्नो केटी भनेपछि हुरुक्कै हुन्थे, दोस्रो राष्ट्रपति सुहार्तो पैसा भनेपछि मरिमेट्थे ।'

नेपाल पछाडि पर्नुको अर्को कारण हो– इतिहासको नाजुक घडी (क्रिटिकल जंक्चर) को फाइदा लिन नसक्नु । यो यस्तो अवसर हो कि राज्यले संरक्षित व्यवस्थाबाट मुक्त भई समावेशी व्यवस्थाको सुरु गर्न सक्छ र रचनात्मक ध्वंस वा विनिर्माण गरेर देशलाई प्रगतिपथतर्फ लैजान सक्छ । गौरवपूर्ण क्रान्तिपछि बेलायतले औद्योगिक क्रान्तिको अगुवाइ गर्न सक्यो जबकि अस्ट्रो-हंगेरियन र रसियन साम्राज्य यस्ता नवप्रवर्तनीय कुराहरूमा भयभीत हुँदा पछि परेका थिए । नेपालमा हरेक ठूला परिवर्तनले दिएको नाजुक घडीको अवसरको फाइदा लिन सकिएन । हरेक परिवर्तनपछि ठूलो परिवर्तनको आकांक्षा राख्ने नेपालीहरूमाथि नयाँ नेतृत्वको उही आत्मकेन्द्रित सोचले नेपालको रूपान्तरण हुन सकेको छैन । चमत्कार गर्ने भनेको नेताले हो, तर यहाँ 'भिजनरी' लिडर नै देखिएनन् । दक्षिण अफ्रिकाको नेल्सन मन्डेला, बोत्स्वानाका खामाले चामत्कारिक परिवर्तन गर्दा नेपालले यो अवसर गुमाउँदै गएको छ । पुराना थोत्रा संस्थाहरूको विनिर्माण गरेर नयाँ संस्थाहरू निर्माण गर्ने अवसर जनआन्दोलनहरूले दिएकै हुन् । २००७ सालपछि बीपी कोइरालाले लिएको नीति रचनात्मक ध्वंस (क्रिएटिभ डेस्ट्रक्सन) गर्नु थियो । जमिनदारी प्रथाको उन्मूलन, राज्य रजौटा प्रथाको अन्त साँच्चै क्रान्तिकारी कदम थिए । उनको यस कदमको अवरोधक भनेकै राजसंस्था थियो । राजा महेन्द्र लोकप्रिय काम अरूले नगरोस् भन्ने चाहन्थे । तर, अहिले त्यस्तो संस्था छैन जसले सरकारको कदममा अवरोध गरोस् । समस्या त यिनीहरूकै परिवार र आसेपासेको छ जसले आमूल परिवर्तन गर्न दिँदैनन । हामीले कसबाट परिवर्तनको आशा राख्ने ? अहिले च्याउजस्तै उम्रिएका स्वतन्त्र भनिएका र साना दलहरूबाट त झन् आशा गर्नु नै बेकार छ । पहिलो यिनीहरूले समाजमा खास योगदान नै गरेका छैनन् भने दोस्रो उनीहरूको निष्ठा परीक्षण भएकै छैन । तेस्रो दलगत व्यवस्थामा बहुमत नभई नीतिगत प्रभाव पार्न सम्भव नै हुँदैन । लामो संघर्षबाट राजनीतिमा आएकाहरू त जिम्मेवार छैनन् भने एक्कासि उदाएकाहरूबाट के आशा गर्ने ? 'ह्वाई नेसन्स फेल' का लेखकहरूको तर्क के छ भने दिगो विकासका लागि

बाँकी ८ पेजमा

गजल

कहिले जित, कहिले हार हुन्छ।
दुःख सुख जीवनको सार हुन्छ।

नसोच्नु फूललाई कोमल मात्रै,
फूल भित्रपनि तीखो धार हुन्छ।

कायर हो भाग्ने तीरबाट फुत्त,
सूरो उद्देश्यको नदी पार हुन्छ।

ल सबै जुटौं मातृभूमि श्रिङ्गार्न,
सन्तानको बराबर भार हुन्छ।

डाँडोबाट खसेको झरनासँग,
शब्द, लय मिलाउने तार हुन्छ।

पुँजीवाद चल्दासम्म संसारमा,
निर्धामाथि विभेदको बार हुन्छ।

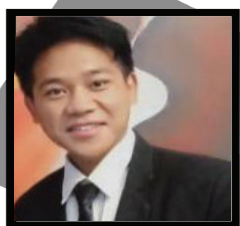
गर्नुस् राम्रोसँग मस्तिष्क सफा,
नत्र नयाँमा पुरानै खार हुन्छ ।

सिताराम के.सी. (ध्रुव)
प्यूठान

डर कविता

मलाई गहिराई भन्दा,
उचाइसँग डर लाग्छ, महोदय ।
उहीँ उचाई जहाँ सागरले,
कहिले चढ्न सकेन ।
जहाँ चढेका ती निलाम्य,
गगनहरुको सागरसम्म ओर्लिने
खु ।हरु कहिल्यै पलाएनन् ।

हो महोदय,
मलाई उहीँ अग्लो उचाईसँग,
डर लाग्छ ।
जुन उचाईमा पुगेका ,
सुगन्धित फूलहरु ।
झर्न बाध्य हुन्छन,
जहाँ चढेका घामले रात,
देख्न पाउदैन जूनले दिन,
देख्न पाउदैन ।



प्रेम कुलुङ राई
संखुवासभा

हो मलाई उहीँ उचाईसँग,
डर लाग्छ ।

गजल

तिमीलाई हेर्ने मन छ नि रातमा पुगेर।
यो सुनेर चाँदनी हरायो प्रभातमा पुगेर।

हामी पुग्नुपर्ने गन्तव्यमा, पुग्न सकेनौं,
कुनै मायाँ नटुङ्गियोस् है जातमा पुगेर।

डाली खोज्दै भौतारिएको एक भँगेरो,
कसरी मर्यो होला सुकेको पातमा पुगेर।

यो आवाज ति कानमा गुञ्जाउन डराउछ,
कस्तो पाठ सिकायौ खै तिम्रो हातमा पुगेर।

सधैं आँसुको सागरमै राखेर यि आँखालाई,
पीडाले छाती चिरी दिन्छ औकातमा पुगेर।

मधु पुन खडेरी
नौबहिनी ५ गाबै प्यूठान , हाल भारत

गजल

साह्रै रहर लाग्छ किन, माया पिरती लाउनलाई ।
घरजम गरि सारथी संगै, ससुराली धाउन लाई ।

फेसबुक खोलें टिकटकमै डुलें, सके जति सबै गरैं ।
लागेन केही उपाए हजुर, एउटी कन्या पाउन लाई ।

खै कसरी भेट्ने अब, तनमन मिल्ने सरल सोझी ।
खप्परै फोरी भाग्य फेरूँ, छिट्टै लगन ल्याउन लाई ।

क्याम्पस गएँ दोबाटो कुरें, हुँदाहुँदा ज्योतिषी धाए ।
सक्दैन क्यारे यो इन्द्रले, बिहे भोज ख्वाउन लाई ।

इन्द्रमणि खड्का
रम्दी प्युठान, हाल दुबई

जलवायु कविता

उष्ण मासको उषाकिरणको प्रचण्डले जल ताती ।
बाफिएर भुमध्य सागरबाट उड्दै गगनमा माथी ।
मिल्दै चिम्नीहरुका धुँवासँग धुलो र मैलो साथी।
बग्दै तिब्र वेगले क्षितीजमा उच्च शिखरलाई ताकी ।

बाँझो धर्तिमा मोती फलाउने अभिलाषा बोकी ठुलो,
कमरबन्द पटुका कसी काँधमा बोकी जुवा र हलो ।
हेर्छन किसान आशातित नजरले छेक्दै बाँध र कुलो,
हर्षित हुन्छन गड्याङ्गगुड्ङ्को गर्जन सुनी ठुलो ।

सधै बखतमा ऋतुमास फेर्ने सकल जगतको प्रथा
फेरियो मानव लिला फगतले जलवायुको यो कथा
अति ग्रीष्म कहिले अतिवृष्टि अनि कतै अल्पवृष्टि तथा
बदलिंदो यस्तो जगत नियमले थपियो कहरको व्यथा

बाँझियो धर्ति मनसुनमा निहित आकाशे फलको खेती
फैलियो कार्वन बाह्य मण्डलमा ओजोन तह नै मेटी

बसन्त जिसी (चिन्तन)
सरुमारानी २ ददेरी प्यूठान

हुँदैछ प्रलय विनाशकारी नरसभ्यताको गला रेटी
निराकार अन्तरिक्षमा विलुप्त हुँदैछ कठै यो प्यारो धर्ति

'जन्म दिनको हार्दिक शुभकामना छोरी श्रीया क्षेत्री' कविता

जिन्दगीका हराभरा हौं छोरी चहकिनु बगैंचा भरी ।
आयौ लक्ष्मी शुभलाभ जीवनमा सरस्वती देवि सरि ।
छोरी तिम्रा हरघडी र हरपल हुँदै जाओस् पूरा चाहना,
प्यारी छोरी जन्म उत्सवको लाखौं लाख शुभकामना।

घर परिवारको सुख खुसी सधैं तिम्रै चरनमा परोस् ।
आएर सदा यो दुनियाँले तिम्रै ठुलो प्रशंसा गरोस् ।
जिन्दगीमा कर्म गर्दै सगर्व उच्च हुँदै जाओस् भावना,
प्यारी छोरी जन्म उत्सवको लाखौं लाख शुभकामना ।

सेवा सादर हुँदै गर्नु धर्म जनमा निस्वार्थ भै बाँड्नु सदा,
त्यो चन्द्रमा समान यो भुवनमा ज्योति छर्दै हिड्नु सवर्दा।
उच्च शिक्षा आर्जन गरि यहाँ ध्यान बढ्दै जाओस् साधना,
प्यारी छोरी जन्म उत्सवको लाखौं लाख शुभकामना ।

जन्मियौ यो आगनमा बगान सरिको रङ्गिन छ सुन्दर,
छन् जिन्दगीमा तिम्रा कोमल समान भए प्रश्नका उत्तर ।
हरपल यस्तै स्वप्रील जिन्दगी अवनिमा गरे है स्थापना,
प्यारी छोरी जन्म उत्सवको लाखौं लाख शुभकामना ।

माता पिता हामी सधैंभरि आशिर्वाद दिन्छौं बनि पालक,
साहरा बनी सक्षम सदा रहनु छोरी छन् जो बुद्ध बालक ।
तिम्रा हरेक चालहरु रक्षक बनुन दीर्घायु होस् वाञ्छना,
प्यारी छोरी जन्म उत्सवको लाखौं लाख शुभकामना ।

श्यामकुमार क्षेत्री (मुस्कान)
नौबहिनी गाउँपालिका-८, बल्लेखोला प्यूठान, हाल भारत

रोचक/प्रेरक प्रसङ्ग

चन्द्रमासम्मै जानेछ जापानको बुलेट ट्रेन

जापानले एक निकै महत्वपूर्ण तथा ठूलो योजनामा काम गरिरहेको छ । जापानले पृथ्वीबाट एक बुलेट रेल चलाउनेछ जसले मानिसहरुलाई चन्द्रमासम्म पूराउनेछ । यो रेल पहिले चन्द्रमासम्म पुग्नेछ। यसमा सफलता हासिल गरेपश्चात् उक्त रेललाई मंगल ग्रहसम्मै पूराइनेछ । यसका अलावा मंगल ग्रहमा सिसाको आवास बनाउने योजना पनि जापानको रहेको छ । अर्थात् मानिसहरु एक कृत्रिम अन्तरीक्ष आवासमा रहनेछन् जसको वातावरण पृथ्वीजस्तै तयार गरिनेछ । कृत्रिम अन्तरीक्ष आवास (आर्टिफिसियल स्पेस ह्याबिटाट) मा गुरुत्वाकर्षण बल तथा वायुमण्डलको संरचनामा विशेष ध्यान दिइनेछ ता कि त्यसले मानिसको मांसपेशी तथा हड्डी कमजोर नहोउन् । आम रुपमा कम गुरुत्वाकर्षणयुक्त क्षेत्रमा बस्दा मानिसको सरीरका मांसपेशी तथा हड्डीहरु कमजोर हुने गर्दछन् ।

विश्वमा एकातर्फ अमेरिका पुनः चन्द्रमामा जाने योजनामा छ भने चीनले मंगल ग्रहमा खोज गरिरहेको छ। रुस र चीन मिलेर चन्द्रमाका लागि संयुक्त मिसनको योजना बनाइरहेका छन् । उता जापान तथा बुलेट ट्रेन र कृत्रिम अन्तरीक्ष आवासको योजना बनाएको हो। यसमा मानिसहरु छिटै नै कुनै अन्य ग्रहमा बस्न सहज हुनेछ।

शताब्दीको अन्त्यसम्ममा चन्द्रमा र मंगलमा बस्ती

ग्लास अर्थात् सिसाकाआवास

बाँकी ८ पेजमा

एकतर्फी माया मेरो स्कुले जीवनको

सत्य कथा

गिर बहादुर के.सी.(बिरही)
गौमुखी गा.पा -६ लिवाङ्, प्यूठान हाल दुबई

श्री बाल शिक्षा माध्यमिक विद्यालय ओखरकोट मच्छी प्युठानमा कक्षा नै पास गरि दसमा अध्यान गर्दै थिएँ । त्यति बेला जताततै हाई-स्कुल नभएको हुनाले विद्यार्थीहरु लगभग नब्बे-सय जनाको हाराहारीमा थियौं । एउटा कोठामा पढाउन अप्ठ्यारो भएको हुनाले सेक्सन छुट्टाएर पढाइ हुन्थ्यो । म सेक्सन 'बि'मा परेको थिएँ। मेरो सेक्सनमा लगभग पचास जना विद्यार्थी थियौं । जसमध्य ३० जना जति केटा अनि २० जना केटिहरु थियौं। म लगाएत ५-६ जना पढाइमा कम्जोर भएका लफाङ्गाहरु सँधै पछिल्लो कुर्चिमा बसेर हल्ला गर्दै गुरुहरुले पढाएको ध्यान नदिने, अनि मसिना ढुङ्गा बटुलेर कहिले केटाको ढाड्मा हान्ने त कहिले केटिको ढाड्मा हान्दै जिस्काउने गर्थ्यौं। लगभग दुई महिना भएको थियो दस कक्षा भर्ना भएर अध्ययन गर्न थालेको।

अचानक एक दिन मेरो पल्लो पट्टि कुर्चिमा बसेकि एउटी सुशील केटिको सुन्दर मुहार माथी मेरो आँखा पुगेछ। तर त्यो केटिको ध्यान केबल पढाइ तिर थियो । अनि मैले पनि आफ्नो नजर त्यो केटीबाट हटाएर फेरि आफ्नै धुनमा साथिहरु सँग ब्यस्त भएँ। हुन त मैले अनि त्यो केटीले नौ कक्षामा अध्यान गर्दाबाट नै परिचय भएको थियो । कहिलेकाँही बाटोमा दुई चार कुराहरु पनि हामी बिच हुने गर्थे तर मैले त्यति वास्ता गरेको थिएन । साएद त्यतिबेला मेरो मनभित्र मायाको जाल सुरु भएको थिएन होला। तर त्यो दिनको हेराई पछी भोलिपल्ट पनि ती केटीमाथी मेरा आँखाको नजर पुगेछ। लगातार केही दिन उनको सुन्दर मुहारमा मेरो आँखाको नजर पुगेपछी सायद मेरो मनभित्र मायाको दियो बल्न थालेको अनुभव हुन थाल्यो । अनि कताकता मेरो मनको ढुकढुकी पनि तेज गतिमा अघि बढ्न थालेको रहेछ। सायद मैले दिन दिनै उनलाई हेरेको हेराई, केही दिन देखि मायामा परिवर्तन हुन पुगेछ। यो कुरा मलाई पनि थाहानै भएन। अनि मैले दिनदिनै उनलाई हेरेको कुरा उनलाई पनि थाहा थिएन। किन कि उनी केबल आफ्नो पढाइ तिर ध्यान दिने गर्थिन। सायद उनका पनि मनभरी सपना थिएहोला । लेख पढ गरेर आफ्नो खुट्टामा उभिने।

स्कुल छुट्टी भएपछी लगभग आधा घन्टाको बाटोसम्म हामी कहिलेकाँही सँगसँगै हिड्ने गर्थ्यौं । कहिलेकाँही दुई चार शब्द बोल्ने पनि गर्थ्यौ । उनी पनि मिलनसार स्वाभवकी थिइन । तर धेरै कुराहरु गर्न खोज्दा लजाउने बानी थियो । आधा घन्टाको हिडाइ पछी हामी छुटिने बाटो आउथ्यो तर मेरो मन भित्रको आवाज ले भने उनिसँग अझै आधा घन्टा हिँडेर मनका कुराहरु खोल्न सुझाब दिन्थ्यो । बाहिरी मन भने बोल्न डराउथ्यो । दिनहरु बित्दै जादा मेरो मनमा उनी प्रतिको एकतर्फी माया पनि झन्झन् गाढा हुन थालेको रहेछ।

कति बेला स्कुल छुट्टी हुन्छ अनि उनी सँग भेटेर दुई शब्द भएपनी बोल्दै आफ्नो मन सित्तल बनाउ पाइन्छ भन्ने हुन थालेको थियो। अर्कोतर्फ मनले सपनीको घर बनाउन थालेको थियो । उनीसँग बिहे गरेर दुबै जना सँग-सँगै लेक बेसिका उकाली ओराली, भञ्ज्याङ् अनि चौतारी, हरियाली बन जङ्गल, पाखा अनि पोखरीहरुमा वसन्त र शिशिर ऋृतुसँगै बोटमाथि पलाएका कलिला पालुवाहरुको मन्द-मन्द हावाको गति। अनि त्यो रानीवन भित्र नाना थरीका चरीहरु आ-आफ्नो आवाजमा रमाइ रहेका। त्यो माथी एक्लो पन बोकेर बिरही भाकामा निहु निहु गर्दै कराइ रहेको त्यो न्याउली चरिको बेदना सुन्दै उनकै कोमल हात समाएर दुबैजना एक अर्कासँग मायाको संसारमा रमाउदै दिनभरी दाउरा घाँस काटेर बेलुकी पख अस्ताएको सुर्यका किरणहरुलाई बिदा गर्दै आफ्नै गाउँको त्यो सानो झुपडीमा पुगेर दुःख सुखका भारिहरु।

उनकै न्यानो छहारीमा बिसाएर उनको त्यो लाली वोठ्हरुको बिचबाट निस्केको लजालु मीठो मुस्कान भित्र हराउदै दिन भरीको थकाइ अनि मन भित्रका रहरहरु भुलेर उनकै वरिपरि घुम्दै जिस्काउदै रुखो सुको भएपनि उनकै हातबाट पाकेको खाना सँगै बसेर हास्दै खादै गर्दा अमृत सरह हुन्थ्यो होला। इत्यादी नाना थरी सपनी बुन्दै रातको निद्रापनी उनकै यादमा हराई सकेको थियो । केबल मेरो मनभित्रको एकहोरो माया....... समयले कोल्टे फेर्दै गयो । मेरो मनले बुनेको त्यो सुनौलो सपनाको रहर पनि मनभित्रै सिमित हुन पुग्यो । नत मैले उनीसँग आफ्नो मनको कुरा नै खोल्न सकेँ, नत आफ्नो शिक्षाको गन्तव्य नै पूरा गर्न सकेँ। यसरी धोका खाएको मेरो दुखी जीवन अहिले खाडीमा ५५ डिग्रीको घामसँग जुध्दै, पसिनाका थोपासँग भिज्दै, चोट र पिडाका खानीहरुसँग लड्दै आफ्नो परिवारको गुजरा चलाउन बाध्य भएको छु।

हामी त्यो स्कुल ।ट छुटेको पनि धेरै वर्ष बितिसक्यो अहिलेसम्म हाम्रो एक चोटि पनि भेट भएको छैन । आज सायद उनी पनि आफ्नो जीवन साथीसँग दुःख सुखमा रमाएर दिनहरु बिताएकी छिन वा समय र परिस्थिति सँग जुधेर बाच्न सफल भएकी छिन । यो कुरा या त भाग्य लेख्ने बिधातालाई थाहा होला। या उनैलाई थाहा होला।

पत्रिका किनेर पढौं।

रेडियो झुलेनी
१०४.७ मेगाहर्ज
समाचार, सूचना, विचार र विज्ञापन प्रसारणका लागि हामिलाई सम्पर्क
०८६-५९०४३६
www.jhulenipost.com

झुलेनी पोष्ट साप्ताहिक
विज्ञापन प्रकाशनका लागि सम्पर्क
०८६-५९०४३६
कार्यालय : प्यूठान न.पा.-४, बिजुवार
Email : jhulenipyuthan@gmail.com

झिमरुक गाउँपालिकाले माग पत्र बुझायो

झुलेनी पोष्ट
प्यूठान

झिमरुक गाउँपालिकाले विकास निमार्णका विभिन्न पक्षहरुलाई समेटेर प्रदेश सरकारलाई माग पत्र बुझाएको छ।

आईतबार झिमरुक गाउँपालिका अध्यक्ष पित बहादुर महतरा क्षेत्री, प्रमुख प्रशासकिय अधिकृत शुभास रिजाल र वडा नं.५ का वडा अध्यक्ष दधिराम पोखलेले प्रदेशका मूख्य मन्त्री कुल प्रसाद केसी र अर्थ तथा सहकारी मन्त्री कृष्णध्वज खड्कालाई मागहरु तत्काल सम्बोधन हुने गरि योजनाहरु समेटेर माग-पत्र बुझाएका हुन। बाग्दुला भिमगिठे सडक मर्मत, गत असार १४ गते आएको बाढीले झमरुक नदि वरीपरिका वासिन्दाहरु जेखिममा रहेको

बाँकी ६ पेजमा

दुर्घटनामा घाइते बिमललाई उपचारका लागि आर्थिक सहयोग

झुलेनी पोष्ट
प्यूठान

भारतमा मोटरसाइकल दुर्घटनामा परी गम्भीर घाइते झिमरुक गाउँपालिका वडा नं. १ निवासी बिमल सुनारलाई आर्थिक सहयोग गरिएको छ। झिमरुक गाउँपालिका वडा नं. १ का युवाहरुको बिशेष पहलमा बिमल सुनार बचाउ अभियान सञ्चालन गरी आर्थिक रकम संकलन गरीएको हो। अभियानबाट जुटेको १ लाख ६५ हजार ७ सय २० रुपैयाँ बिरामीको परिवारलाइ बुझाइएको हो। अभियन्ताहरुबाट संकलित रकम बिमलको घरमा पुगि हजुर आमा सुमित्रा सुनारलाई हस्तान्तरण गरिएको हो।

आर्थिक अभावमा उपचारमा समस्या सहयोगको याचना शिर्षकमा असार १७ गते जिल्लाका विभिन्न अनलाईन तथा मिडियाहरुमा समाचार प्रकाशन प्रशारण भएपछी आर्थिक रकम संकलन अभियान संचालन गरीएको थियो। गत असार ६ गते मोटरसाइकल दुर्घटनामा परी दाहिने खुट्टा भाचिएको थियो। बिमलको अहिले भारतको हरियाणा जिल्लाको चुडामणि मल्टीस्पेशलिटी अस्पताल कैम्प चोक

बाँकी ६ पेजमा

छोटकरी

कोभिड-१९ बाट ज्यान गुमाएका १९ परिवारले राहत पाए

झुलेनी पोष्ट
प्यूठान

जिल्लामा कोभिड १९-बाट मृत्यु भएका १९ जना मृतकका परिवारलाई राहत प्रदान गरिएको छ। जिल्ला प्रशासन कार्यलय प्यूठानका अनुसार २०७७/७८ मा २ मृतकका परिवारलाई र २०७८/७९ मा १७ मृतकका परिवार गरि १९ जना मृतकका परिवार तथा नातेदारलाई राहत उपलब्ध गराइएको हो। लुम्बिनी प्रदेश स्वास्थ्य जनसंख्या तथा परिवार कल्याण मन्त्रालयको मन्त्रीपरिषदको मिति २०७७ जेठ २० गतेको निर्णय अनुसार कोरोना संक्रमणबाट मृत्यु भएका परिवारलाई जनही १/१ लाखका दरले राहत रकम उपलब्ध गराइएको हो।

यस आर्थिक वर्षमा कोभिड-१९ बाट मृत्यु भएका परिवारलाई प्रदेश सरकारबाट विनियोजित बजेट असार मसान्तमा आइपुगेकाले अझै राहत वितरण नगरिएको प्रशासनले जनाएको छ। कोभिड-१९ बाट मृतकका परिवारले भुक्तानी लिदा कोभिड-१९ पोजेटिभ रिर्पोट, मृत्यु दर्ता, वडाको सिफरिस, नागरिकता, नाता लगाएतका प्रमाण जिल्ला प्रशासन कार्यालयमा पेश गर्नुपर्ने छ।

गौमुखीमा मृतकको सम्झनामा प्रतिक्षालय निमार्ण गरिने

झुलेनी पोष्ट
प्यूठान

गौमुखी गाउँपालिका ६ लिवाङ ओखरपाटा जन्ती जीप दुर्घटनामा ज्यान गुमाउनेहरुको सम्झनामा प्रतिक्षालय निमार्ण गरिने भएको छ। २०७८माघ२१ गते राती गौमुखी गाउँपालिका ६ लिवाङ ओखरपाटामा विवाहको जीप दुर्घटना हुँदा ८ जनाको मृत्यु भएको थियो। भने वेहुला वेहुली सहित अन्य ५ जना गम्भिर घाईते भएका थिए। मृतक व्यक्तिहरुको सम्झनामा प्रतिक्षालय निमार्ण गर्नका लागि सहयोग रकम संकलन गर्न थालिएको छ। सोही अनुरुप गौमुखी गाउँपालिका कृषि शाखाका प्रमुख हुमलाल न्यौपानेले नगद रु ५ हजार ५ सय ५५ सहयोग स्वरुप प्रदान गरेका छन। प्रतिक्षालय निमार्णका लागि स्थानिय मान वहादुर खत्रीले उनको स्वामित्वमा रहेको जग्गा उपलब्ध गराएका छन। प्रतिक्षालय निमार्ण अभियान अन्तर्गत जिल्लाका विभिन्न व्यक्तिहरुले पनि सहयोग रकम संकलन गरिरहेका छन। जीप दुर्घटनामा गौमुखी गाउँपालिका ६ लिवाङका वसन्त बहादुर खडका र उनकी श्रीमती बसन्ता खडका, छोरी एलिसा खडका, स्थानिय बल बहादुर बुढा मगर, खिम बहादुर खत्री, केशरी खडका, नन्दी खडका, नौबहिनी गाउँपालिका लुङकि बिपना जि.सि.को सम्झानामा प्रतिक्षालय निमार्ण गरिने भएको हो।

डाक्टर नहुँदा विरामीको उपचारमा समस्या, सरोकार समुहद्वारा डाक्टर ल्याउन पहल

झुलेनी पोष्ट
प्यूठान

खलंगा सरोकार समुहले खंलगा प्राथामिक स्वास्थय केन्द्रको विषयमा गाउँपालिकासँग छलफल गरेको छ। गएको बैशाख महिना देखी खंलगा प्राथमिक स्वास्थय केन्द्रमा डाक्टर नहुँदा विरामीलाई उपचार पाउन समस्या भएको भन्दै स्वास्थय केन्द्रमा डाक्टर ल्याउन पहल सहित सरोकार समुह र गाउँपालिकाले गरेको हो। स्वास्थय केन्द्रमा कार्यरत डाक्टर अध्ययन विदामा रहेकाले थप जनशक्ति नहुँदा र अन्य जनशक्ति समयमै व्यवस्थापन गर्न नसक्दा बिरामीहरुलाई उपचार पाउन समस्या भएको हो। यस विषयमा जनशक्ति व्यवस्थापन वारेमा केन्द्र र प्रदेशसँग कुराकानी भइरहेको गाउँपालिका अध्यक्ष कृष्ण बहादुर खड्काले जानकारी दिए।

माण्डवी गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
जस्पुर, प्यूठान
लुम्बिनी प्रदेश

रोजगार सहायकको सेवा करारमा पदपूर्ति गर्ने सम्बन्धी सूचना

(प्रथम पटक प्रकाशित मिति २०७९।०४।०९)

प्रस्तुत विषयमा श्रम, रोजगार तथा सामाजिक सुरक्षा मन्त्रालयबाट मिति २०७९।०३।२५ मा गरेको विज्ञापनको आधारमा यस माण्डवी गाउँपालिकामा सञ्चालित रोजगार सेवा केन्द्रको लागि आवश्यक रोजगार सहायक पदमा करारमा पदपूर्तिका लागि निम्न बमोजिम योग्यता पुगेका इच्छुक नेपाली नागरिकले सूचना प्रकाशन भएको मितिले १५ दिन भित्र माग बमोजिमका विवरण, कागजात र राजश्व बुझाएको रसिद सहित यस कार्यालयमा दरखास्त दिनुहुन सम्बन्धित सबैका जानकारीका लागि यो सूचना प्रकाशित गरिएको छ।

तपशिल:

क्र.स.	विज्ञापन नं.	पद	तह	माग संख्या
१	१/०७९/०८०	रोजगार सहायक	स्थानीय सेवाको सहायक पाँचौ तह सरह	१

१) आवश्यक न्यूनतम योग्यता र अनुभव :

क) नेपाल सरकारको मान्यता प्राप्त शिक्षण संस्थाबाट कम्तिमा प्रमाण पत्र तह वा सो सरह उत्तिर्ण गरेको,
ख) दरखास्त दिने अन्तिम मितिमा कम्तिमा १८ वर्ष पुरा भई ४५ वर्ष ननाघेको,
ग) आधारभूत कम्प्यूटर सीप सम्बन्धी कम्तिमा ३ महिने तालिम लिएको

२. दरखास्त दिने स्थान : माण्डवी गाउँपालिकाको कार्यालय, जस्पुर प्यूठान

३. दरखास्त दिने अन्तिम मिति : २०७९ श्रावण २३ गते सम्म (सार्वजनिक विदा परेमा सो को भोलिपल्ट कार्यालय खुलेको दिन)।

४. आवेदनको दस्तुर : रु ५०० (पाँच सय मात्र)

५. छनौटको किसिम : प्रारम्भिक योग्यताक्रमको सूची प्रकाशन र लिखित तथा प्रयोगात्मक परिक्षा

६. आवेदनका साथ संलग्न कागजातहरू : आवेदक स्वयम्ले प्रमाणित गरेको देहाय बमोजिमका कागजातको प्रतिलिपिहरु:
(क) नेपाली नागरिकताको प्रमाणपत्र, (ख) न्यूनतम शैक्षिक योग्यताको लब्धाङ्कपत्र, ग) चारित्रिक प्रमाणपत्र,
(घ) कामसँग सम्बन्धित अनुभव भए सो को कागजातहरु, ङ) तालिमको प्रमाणपत्र, (च) २ प्रति पासपोर्ट साइजको फोटो।

७. सेवा सुविधा तथा अन्य : स्थानीय तहमा प्राविधिक सहायक र रोजगार सहायक पदपूर्ति सम्वन्धी मापदण्ड, २०७८ को दफा १३ र १४ बमोजिम हुनेछ।

८. आवेदनको ढाँचा र रोजगार सहायक पदको पाठ्यक्रम लगायत पदपूर्ति सम्बन्धी अन्य जानकारी
www.pmep.gov.np

सम्पर्क : ९८५७८३६००६, Email ID : mandavimun2073@gmail.com

"समाजवादको आधार निशुल्क शिक्षा, स्वास्थ्य र रोजगार माण्डवी वासीको मौलिक अधिकार"

जनहितमा जारी सन्देश

- फोहोर छोएपछि, खाना खानु वा खुवाउनु अघि, चपी प्रयोग गरिसके पछि साबुन पानीले हात धुने बानी बसालौं।
- व्यक्तिगत सरसफाईमा ध्यान दिऔं।
- घर भित्र र घर वरपर नियमित सरसफाई गरौं।
- दिसा/पिसाब गर्दा चर्पी नै प्रयोग गरौं। खुल्ला ठाउँमा दिसा, पिसाब नगरौं।
- कुहिने र नकुहिने फोहोर बर्गिकरण गरौं, २ छुट्टा छुट्टै भाँडामा संकलन गरौं।
- सार्वजनिक सवारी साधनबाट यात्रा गर्ने क्रममा झ्यालबाट सार्वजनिक स्थल तथा सडकहरुमा कुनै पनि प्रकारको फोहोर जन्य पदार्थहरु जथाभावी फ्याँकने।

अनुरोधक:
डिभिजन प्रमुख : राजकुमार चौधरी
खानेपानी तथा सरसफाई डिभिजन कार्यालय परिवार प्यूठान

झुलेनी युनाईटेड नेटवर्क प्रा.लि. प्यूठानद्वारा प्रकाशित समाचारमुलक पत्रिका
झुलेनी पोष्ट साप्ताहिक

गम्भीर मानसिक समस्या सिजोफ्रेनिया: लक्षण, कारण र उपचार

डाक्टरकोमा कहिले जाने?

स्किजोफ्रेनिया अर्थात् सिजोफ्रेनिया एक किसिमको गम्भीर मानसिक समस्या हो । स्किजोफ्रेनिया भएपछि नचाहिने सोचहरू आउने, हुदैं नभएको चिजहरु देखे जस्तो लाग्ने र कसैले बोलाए जस्तो लाग्ने हुन्छ । यो समस्या भएपछि मानिहरुले आफैलाई हानी पुग्ने कामहरू गर्न सुरु गर्छन । स्किजोफ्रेनियामा भ्रम, मतिभ्रम र अनौठो व्यवहार देखिन्छन् । यसले मानिसको दैनिक जीवनमा बाधा पुर्यागउँछ । स्किजोफ्रेनिया भएको व्यक्तिलाई जीवनभर उपचार चाहिन्छ । प्रारम्भिक उपचारले भने गम्भीर जटिलताहरू नियन्त्रणमा राख्न मद्दत गर्छ ।

लक्षण

स्किजोफ्रेनिया भएका फरकफरक व्यक्तिमा फरकफरक लक्षणहरू देखिन्छन् । तर सामान्यतया भ्रम र मतिभ्रम यसका मुख्य लक्षणहरू हुन् । आममानिसहरुमा हेलुसिनेशन (मतिभ्रम) नै स्किजोफ्रेनिया हो भन्ने भ्रम छ। तर मतिभ्रम स्किजोफ्रेनियाको एउटा लक्षण मात्रै हो । लक्षणहरू समयसँगै सामान्य र गम्भीर हुन सक्छन् ।

भ्रम - स्किजोफ्रेनिया भएकाहरू वास्तविक चिजहरुमा विश्वास नै गर्दैनन् । उनीहरु कसैले आफुलाई हानी गर्दै छ वा दुख दिईरहेको छ भन्ने मान्छन्। जस्तो, ठूलो विपत आऊँदै छ भन्ने सोच्ने, कसैले आफुलाई मार्दै छ भन्ने सोच्ने वा आफू शक्तिशाली हुँ भन्ने अनुभूति गर्ने ।

मतिभ्रम - स्किजोफ्रेनिया भएकाहरुलाई हुदैं नभएको आवाज सुन्नु, कसैले बोलाए जस्तो लाग्नु, हुदैं नभएको वस्तुहरु देखे जस्तो लाग्नु हुन्छ। यस्तो हुँदा कुनै पनि कुरामा विश्वास गर्न गारो मान्ने, ध्यान केन्द्रित गर्न नसक्नु तथा कुनै निर्णय लिन गाह्रो हुन्छ ।

अव्यवस्थित बोली - स्किजोफ्रेनिया भएका मान्छेहरु कुनै पनि कुरामा राम्रोसँग प्रतिक्रिया जनाउन सक्दैनन् । कुनै पनि प्रतिक्रिया जनाउँदा अनुहार भावविहीन हुने गर्छ। उनीहरु कुनै पनि प्रश्नको पूर्ण जवाफ दिन समेत सक्दैनन् । कसैकसैले अर्थहीन कुरा गरेर जिद्दी गर्ने समेत गर्छन् ।

असामान्य व्यवहार - यस्ता व्यक्तिहरुले एकदमै असामान्य व्यवहार देखाउन सक्छन् । अनुपयुक्त आसनमा बस्दिने,कुनै कुरामा आवश्यक भन्दा बादी प्रतिक्रिया दिने कुनैमा प्रतिक्रिया नै नदिने जस्ता ।

नकारात्मक लक्षणहरु - व्यक्तिले आफ्नो सरसफाइलाई बेवास्ता गर्ने,कसैसंग पनि सिधा भएर बोल्न नसक्ने गर्न थाल्छ। जसले गर्दा दैनिक कामहरुमा वाधा पुग्छ। कुनै पनि चिजमा सन्तुष्ट हुन छोड्छ र आफैलाई हानी पुर्याउन सक्छ ।

स्किजोफ्रेनिया पुरुषहरूमा सामान्यतया २० वर्षको उमेरदेखी सुरु हुन्छ भने महिलाहरुमा २० वर्ष सकिँदै गर्दा सुरु हुन सक्छ । बच्चाहरू र ४५ वर्ष उमेर कटेकाहरुलाई भने स्किजोफ्रेनिया खासै देखिने गरेको छैन ।

किशोरकिशोरीहरूमा स्किजोफ्रेनिया

किशोरकिशोरीहरूमा हुने स्किजोफ्रेनियाका लक्षणहरू वयस्कहरूमा जस्तै हुन्छन् । तर अवस्था पहिचान गर्न गाह्रो हुन सक्छ ।

-साथीभाई र परिवार कसै सँग बस्न नखोज्ने
-पढाईमा मन नलगाउने
-निन्द्रामा समस्या
-झर्को मान्ने वा चिडचिडापन बढ्ने
-कुनै कुरामा ध्यान केन्द्रित बनाउन नसक्ने
-यस्तो अवस्थामा किशोरकिशोरीहरूले गाँजा जस्ता चिजको प्रयोग गर्ने सम्भावना बढी हुन्छ जसले भिजुअल हेलुसिनेशन हुन सक्छ ।

कारण

स्किजोफ्रेनिया के कारणले हुन्छ भन्ने अहिले सम्म पत्तो लागेको छैन । तर अनुसन्धानकर्ताहरू वंशानुगत, मस्तिष्क रसायन र वरपरको वातावरणले गर्दा यो समस्या निम्तिन सक्छ। डोपामाइन र ग्लुटामेट भनिने न्यूरोट्रान्समिटरहरू सहित केही प्राकृतिक रूपमा हुने मस्तिष्क रसायनहरूको समस्याले स्किजोफ्रेनियाको विकासमा मदत गर्न सक्छ । न्यूरोइमेजिङ अध्ययनहरूले स्किजोफ्रेनिया भएका मानिसहरूको मस्तिष्क संरचना र केन्द्रीय स्नायु प्रणालीमा भिन्नता देखाउँछ । यद्यपि खोजकर्ताहरू यी परिवर्तनहरूको महत्त्वको बारेमा निश्चित छैनन्, तिनीहरूले स्किजोफ्रेनिया मस्तिष्कसँग सम्बन्धित रोग हो भन्ने गर्छन् ।

-अधिकांश मानिसमा वंशाणुगत गुणका कारण स्किजोफ्रेनिया हुने गर्छ । यदि, आमाबुबामा सिजोफ्रेनिया छ भने बच्चामा पनि हुने सम्भावना अधिक रहन्छ ।
-लागूपदार्थ सेवन तथा औषधिको दुरुपयोगका कारण पनि मतिभ्रम भएर स्किजोफ्रेनिया हुन सक्छ ।
-केही गर्भावस्था र जन्मजात जटिलताहरू, जस्तै कुपोषण वा अन्य भाइरसहरूको जोखिमले मस्तिष्कको विकासलाई असर गर्न सक्छ र स्किजोफ्रेनिया हुन सक्छ ।
-मानसिक रोगलाई सहज नमान्ने वातावरणको कारण पनि स्किजोफ्रेनियाको विकास हुन सक्छ ।

डाक्टरकोमा कहिले जाने?

स्किजोफ्रेनिया भएका व्यक्तिहरूलाई डाक्टरकोमा जानुपर्छ भन्ने चेतना नहुन पनि सक्छ । त्यसैले आफुलाई यस्ता समस्या देखिएमा परिवार वा साथीभाईलाई सेयर गर्नुपर्छ जसले डाक्टरकोमा जान पनि सहयोग मिल्न सक्छ । स्किजोफ्रेनिया हुँदा आत्महत्याको विचार आउने हुनाले पनि सबै समस्याहरू अर्को व्यक्तिसँग सेयर गर्न जरुरि हुन्छ ।

जटिलताहरू

समयमा उपचार नगर्दा स्किजोफ्रेनिया जीवनको हरेक क्षेत्रलाई असर गर्ने गम्भीर समस्याहरू निम्त्याउन सक्छ। स्किजोफ्रेनियाले निम्त्याउन सक्ने सक्ने जटिलताहरू निम्न छन :

-आत्महत्याको विचार, आत्महत्याको प्रयास वा आत्महत्या
-डिप्रेसन
-रक्सी वा अन्य लागूपदार्थको दुरुपयोग
-काम गर्ने ठाउँमा अनुपस्थित या असक्षमता
-आर्थिक समस्या
-स्वास्थ्य सम्बन्धी अन्य समस्याहरू
-रिस या चिन्ता बढ्ने

रोकथाम/ उपचार

स्किजोफ्रेनियालाई रोक्नको लागि कुनै निश्चित तरिका छैन । तर पनिसमयमा काउन्सिलिङ र साइकोथेरापी गर्न जरुरी हुन्छ। आफूलाई सकारात्मक राख्ने कोसीस गर्ने, धेरै नसोच्ने र दैनिक जीवनशैलीमा ध्यान दिएमा स्किजोफ्रेनिया फेरि हुन वा बिग्रनबाट मद्दत मिल्न सक्छ । आवश्यक परेमा डाक्टरको सल्लाहमा औषधि समेत खानुपर्छ ।

स्किजोफ्रेनिया भएकाहरूलाई कसरी सहायोग गर्ने?

यदि तपाईंले चिनेको कसैलाई स्किजोफ्रेनियाको लक्षणहरू देखिएको छ भने उक्त व्यक्तिसँग कुरा गर्नुहोस् । उसलाई प्रोत्साहन र समर्थन गर्नुहोस् । तपाईंको काउन्सिलिङ र समय मात्रै उक्त व्यक्तिलाई पर्याप्त नहुन सक्छ । त्यसैले आवश्कता अनुसार उसलाई मानसिक रोग विशेषज्ञ वा काउन्सिलर सँग भेट गराउन मदत गर्नुहोस् । उसको कुरा सुन्दिनुहोस् र उसको ख्याल राख्नुहोस् ।

(मायो क्लिनिक डट ओआरजी)

किन गतिहीन.....

प्रवर्तन अनिवार्य छ र यो रचनात्मक ध्वंसबेगर सम्भव हुँदैन । रचनात्मक ध्वंसले नै पुराना संस्थाहरू हटाएर नयाँ संस्थाहरू निर्माण गर्छ जसले राजनीतिमा नयाँ शक्ति सम्बन्धहरूको विकास गर्छ। राजनीतिको यही नयाँ सम्बन्धले आर्थिक संस्थाहरूको विनिर्माण गर्छ। नेपालले यस्तै नाजुक क्षणहरू तीन पटक गुमाइसकेको छ। उही राजनीतिक घेरा, उही खेलाडीहरू र उस्तै आर्थिक सम्बन्धहरू विद्यमान छन्, खास परिवर्तन केही देखिँदैन ।

विकासको अर्को अवरोधक कर्मचारीतन्त्र भएको छ। संविधान, कानुन र अन्य नीतिहरू जति राम्रा भए पनि ती आफैं कार्यान्वयन हुँदैनन्, यसका लागि प्रभावकारी वितरण संयन्त्र आवश्यक हुन्छ। कर्मचारीतन्त्र सरकारका तिनै अंगको 'डेलिभरी विङ' हो। विकास यात्रामा अगुवा मानिएका देशहरूले आधुनिक प्रशासन संयन्त्र बनाएर आफ्ना सोचहरू कार्यान्वयन गर्न सकेको देखिन्छ। बेलायतमा सन् १६८८ को गौरवपूर्ण क्रान्तिपछि नै राज्यका संरचनाहरूलाई आधुनिक स्वरूप दिएर कर प्रशासन प्रभावकारी बनाउने काम हेनरी सातौं र हेनरी आठौंले गरेका थिए। पछि ग्याड्स्टोनले योग्यतामा आधारित आधुनिक प्रशासनको विकास गरे। जुन बेला बेलायत आधुनिक प्रशासनबाट विकास गर्दै थियो त्यही बेला स्पेनी सम्राट् भने कार्यालय बेच्ने, ठेक्कामा दिनेजस्ता काम गरेर सत्रौं शताब्दीमा आर्थिक रूपमा पछाडि पर्दै थिए। सिंगापुरले अनुकरणीय 'प्रशासनिक राज्य' बाट लोभलाग्दो विकास गर्न सकेको छ। विकासलाई गति दिन कर्मचारीतन्त्र कस्तो हुनुपर्छ भन्ने सन्दर्भमा ली क्वान युको 'फ्रम थर्ड वर्ल्ड टु फस्ट वर्ल्ड' मा केही रोचक प्रसंगहरू दिइएका छन। जापानमा बेलाबेलामा प्रधानमन्त्री र मन्त्रीहरू फेरिइरहने हुनाले उच्च आर्थिक वृद्धिदर हासिल गर्न कठिन नभएको होइन। तर, राजनीतिकभन्दा पनि कर्मचारीको कार्यक्षमताले जापानको विकास भएको देखिन्छ। भारतको सन्दर्भमा लीले लेखेका छन्, 'भारत विशाल देश भएकाले सैनिक शक्ति पनि ठूलै हुने भयो, तर झन्झटिलो प्रशासन र निस्सासिँदो कर्मचारीतन्त्रका कारण आर्थिक समृद्धिचाहिँ नहुने देखें।' नेपालको कर्मचारीतन्त्र पनि विकासका लागि सहायक हुन सकेको छैन। भोलि भन्ने संस्कार (जसलाई ल्याटिन अमेरिकीहरू 'म्यानाना कल्चर' भन्छन्), संकुचित सोच (टनेल भिजन), आत्मकेन्द्रित सोचाइ (नार्सिसिज्म), संगठनात्मक जडताजस्ता अवगुणहरूले यो संस्था परिवर्तनविरोधीजस्तो देखिएको छ। नेताहरू आफ्ना प्रतिबद्धता कार्यान्वयन गर्नमा कर्मचारीहरू नै मुख्य बाधक रहेको भनेर आरोप लगाउँछन्। कर्मचारीतन्त्र ढिलासुस्ती र भ्रष्ट क्रियाकलापका लागि नागरिकबाट र अति प्रक्रियामुखी र नियन्त्रणमुखी भयो भनेर निजी क्षेत्रबाट पनि उत्तिकै आलोचित छ। किन सबै क्षेत्रबाट आलोचित भइयो भनेर आत्ममूल्यांकन गर्ने खाँचो यसको नेतत्वकर्ताहरूले देखेका छैनन। केहीअघि पूर्वप्रधानमन्त्री पुष्पकमल दाहालले कर्मचारीहरू संघीयताविरोधी भएको आरोप लगाए। पूर्वप्रधानमन्त्री केपी शर्मा ओलीले २०७७ सालको संविधान दिवसमा गम्भीर आरोप लगाएका थिए 'समग्र प्रणाली परिवर्तनको अभियानमा हाम्रो कर्मचारीतन्त्र र समग्र राज्यका संयन्त्रहरू बाधक बनेनन्, प्रश्न उठ्छ यति ठूलो परिवर्तनमा सहयोगी मात्र होइन, सहभागी हुने कर्मचारीतन्त्रलाई तीव्र गतिमा शीघ्र विकासको वाहक बन्न कुनचाहिँ तत्वले अवरोध खडा गरिरहेको छ?' कर्मचारीहरूले आत्मसमीक्षा गरेर सुधार गर्न सकेनन् भने यसले आफ्नो साख गुमाउने निश्चित छ। विकसित देशहरूमा कर्मचारीतन्त्रले नागरिक र राजनीतिक नेतृत्वबीच 'बफर रोल' निर्वाह गरिरहेका छन्। नेपालमा पनि यसलाई पूर्णतः विनिर्माण गरेर एक्काइसौं शताब्दीसुहाउँदो बनाउन सक्नुपर्छ।

समग्रमा नेपाल विकासमा पछि पर्नुमा मुख्य रूपमा राजनीतिक संस्थाहरू सानो 'कोटरी' बाट सञ्चालन हुनु नै हो। संघीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्रजस्तो उत्कृष्ट राजनीतिक प्रणाली हाँक्न पुरातन शैलीको नेताहरूबाट सम्भव देखिएन। राजनीतिमा सुधार गरेर वास्तविक समावेशी चरित्रको बनाउन सकेमा आर्थिक संरचनाहरू आफैं समावेशी हुन्छन्। कर्मचारीतन्त्र भनेको राज्यको चौथो शाखा हो। परम्परागत मूल्य मान्यतामा परिवर्तन गर्न नसक्ने हो भने यसलाई 'प्रतिकर्मचारीतन्त्र (काउन्टर ब्युरोक्रेसी)' ले विस्थापित गर्ने निश्चित छ। नेपाली नागरिकहरूले आमूल परिवर्तनका लागि गरेका आन्दोलन यिनीहरूले निराशाको मौन क्रान्तिमा बदलिरहेका छन। कर्मचारीले नेतालाई र नेताले कर्मचारीलाई देखाएर कोही पनि जनताप्रति जवाफदेह नबन्ने धूर्तखेल खेलिरहेका छन। नागरिकहरूको नजरमा यी दुवै फरक खालका हुन्, असल खालका होइनन। नेपालले आफ्नो परिवर्तन यात्रालाई गति दिन यस दौडमा अगाडि देखिएका देशहरूबाट शिक्षा लिँदै सम्पूर्ण संरचनाहरूमा सुधार गर्न सक्नुपर्छ। होइन भने हन्टिङ्टनले भनेजस्तै 'उर्लंदो आकांक्षाको क्रान्ति बद्दो निराशाको क्रान्तिमा बदलिनेछ।' यसले क-कसको सत्यानाश गर्छ विश्वका अन्य देशहरूको इतिहासबाट बुझ्फे हुन्छ। अब नेपालीहरू सम्धै पछौटे हुन राजी छैनन् । **कान्तिपूर**

के तपाई ड्राइभिङ सिक्न चाहनुहुन्छ ? के तपाई ट्रायल कटाउन सक्नु भएको छैन ? अब तपाईको समस्याको समाधान लिएर प्यूठानमै आएको छ :

सन्ध्या ड्राइभिङ इन्स्टिच्युट

प्यूठान नगरपालिका - ३ जुम्री बजार, प्यूठान

हाम्रा सेवाहरु

-दक्ष प्रशिक्षकद्वारा बाइक, स्कुटी, कार तथा ह्याभि गाडी सुपत मुल्यमा सिकाउने ।
-सिकाउनको लागि आफ्नै फिल्ड भएको ।
-ड्राइभिङ लाइसेन्सको अनलाइन फर्म भर्ने सुविधा ।

शाखा प्रबन्धक
माधव पोखेल

सम्पर्क नं.
९८४८३८५०८०
९८५७०७०९४१

दुर्घटनामा...

हिसारमा उपचार भइरहेको छ । उनलाई अस्पतालको बिशेष कक्षमा राखी उपचार भइरहेको उनका मामा हुम बहादुर बि.क. ले बताए ।

आर्थिक हिसावले बिपन्न परिवारमा जन्मिएका बिमलको बुवा करिब एक बर्षदेखि (बेपत्ता) परिवारको सम्पर्कमा छैनन् । घरमुलि परिवारबाट सम्पर्क बिहिन भएसँगै घरको ऋण तिर्न र परिवारको गुजाराका लागि बिमल भारतमा रोजगारका लागि गएका थिए । उपचारमा धेरै रकम

झिमरुक...

भन्दै झिमरुक नदि तत्कालै नियान्त्रण गर्न एवं विपद व्यवस्थापन, पालिका भित्रका विभिन्न शैक्षिक संस्थाहरुको स्तरोन्नती यस वर्ष भित्रै विकास निमार्ण गरिने गरि प्रदेश सरकार समक्ष माग पत्र बुझाएको झिमरुक गाउँपालिकाका अध्यक्ष पित बहादुर महत्तरा क्षेत्रीले जानकारी दिए ।

लाग्ने भएको र त्यस माथि घरपरिवारको आर्थिक स्थिती कमजोर भएका कारण विभिन्न संघसंस्था र सामाजिक सञ्जाल मार्फत आर्थिक सहयोग संङ्कलन अभियान सुरु गरिएको हो ।

मेहनत...

खर्च बाहेक ५ लाख आम्दानी गरेको केसी बताउँछन् । श्रीमती, आमा र भाउजुले बंगुर स्याहारमासहयोग गर्ने गरेको उनले बताए । अर्जुनले पछिल्लो समय वैदेशिक रोजगारीमा जान लागेका युवालाई सकेसम्म विदेश नगई गाउँमै कुनै व्यवसाय गरेर जीवन चलाउन सहज हुने सल्लाहसमेत दिने गरेका छन् ।

पत्रिका मागेर होइन किनेर पढ्ने बानी बसालौं

झुलेनी युनाईटेड नेटवर्क प्रा.लि. प्यूठानद्वारा प्रकाशित समाचारमुलक पत्रिका
झुलेनी पोष्ट साप्ताहिक

वृक्षारोपण किन ?

मानव र वृक्ष बीचको सम्बन्ध अनादि कालदेखि नै घनिष्ठ छ। वृक्षले मानव र मानवले वृक्षको संरक्षण पनि प्राचीनकालदेखि नै गर्दै आएको हो। जन्मदेखि मृत्युसम्म मानव जीवनलाई सार्थक तुल्याउन वृक्ष चाहिन्छ। जन्मेपछि शिशुलाई ताप दिन दाउरा चाहिन्छ भने मृत्युपछि पनि लास जलाउन यही दाउराको आवश्यकता हुन्छ। यसैगरी बाँचुन्जेल चाहिने अक्सिजन पनि यही वृक्षले प्रदान गर्दछ। वृक्षले कार्वन भण्डारणदेखि भूसंरक्षणसम्मका कार्यहरु गर्दछ।

वृक्षको महत्व मानव जीवनका लागि अपरम्पार छ। वृक्ष रोप्ने कार्य नै वृक्षारोपण हो। वृक्षारोपणले कृषकको आवश्यकता पूर्तिसँगै वातावरण सन्तुलन कायम गर्दछ। हजारौं वर्षदेखि वृक्षारोपण कार्यले वातावरण सन्तुलन, खाद्यान्न आपूर्ति, दैनिक जीविकोपार्जनलगायतका आवश्यकता पुरा गर्दै आएको हो। अझ धार्मिक महत्वका लागि वृक्षारोपण गरिदै आएको पनि पाइन्छ। हिन्दू धर्म अनुसार वर पिपल स्वामी लगायतका वृक्षलाई ईश्वरीय अंश नै मानिन्छ। अहिलेको बदलिंदो परिवेशमा वृक्षारोपण प्राकृतिक सौन्दर्यका लागि समेत गरिन्छ। ग्रामीण जीविकोपार्जन सुधारका लागि वृक्षारोपण महत्वपूर्ण छ। उता सहरी क्षेत्रमा पनि सहरी वन अर्थात् अर्बान फरेष्ट्रिले महत्व पाइरहेको छ। वृक्षारोपणले सामाजिक, आर्थिक र वातावरणीय फाइदाहरु पुऱ्याइरहेको हुन्छ।

वृक्षारोपणको इतिहास हेर्ने हो भने हजारौं वर्षदेखि विभिन्न उद्देश्यका लागि गरिदैं आएको पाइन्छ। क्रिश्चियनको धार्मिक ग्रन्थ बाइबलअनुसार अब्राहमले तामारिस्क बिरुवा रोपेको अभिलेख भेट्न सकिन्छ। यसैगरी श्रीलंकामा २२० बि.सीमा बोधी रुख रोपेको अभिलेख उल्लेख छ। वृक्षारोपण कार्यका केही उदाहरणहरुमा सन् १६८० मा श्रीलंकामा टिकको रोपण तथा सन् १८४३ मा भारतको निलगिरिमा मसलाको रोपण आदि हुन्। नेपालमा वृक्षारोपण कार्यक्रम पहिलो पञ्च वर्षिय योजनाबाट सुरुवात गरिएको हो।

यसपछि विभिन्न समयमा विविध परियोजना मार्फत वृक्षारोपण गरिदैं आइएको छ। हेरक वर्ष वन तथा भूसंरक्षण मन्त्रालय अन्तरगतका निकाय तथा सामुदायिक वन उपभोक्ता समुहहरुले वृक्षारोपण गर्दै आएका छन्। वृक्षारोपण गर्नका लागि जिल्ला वन कार्यालय तथा जिल्ला भूसंरक्षण कार्यलयहरुले निशुल्क विरुवाहरु समेत उपलब्ध गराइरहेका छन्। वृक्षारोपण कार्यको लागि सुरुमा स्थान छनौट गरी हावापानी, भौगोलिक अवस्था र माटोको गुणस्तर आदि ध्यानमा राखि आवश्यक प्रजातिहरु छनौट र आवश्यक संख्या यकिन गर्नुपर्दछ। वृक्षारोपण क्षेत्र छनौट गरेपछि चिस्यान भएको बेलामा खाल्डो खन्नुपर्छ।

खाल्डो खन्दा करिव ३० से.मी गहिरो खाल्डो खन्नु पर्दछ। डाले घाँस वा फलफुलको लागि केही गहिरो खाडल आवश्यक रहन्छ। वृक्षारोपण कार्य लाइन, वर्गाकार र त्रिकोणत्मक ढाँचामा गर्न सकिन्छ। वृक्षारोपणमा विरुवाहरुको दुरी कति टाढा राखेर रोपण गर्ने भन्ने कुरा प्रजातिको वृद्धि दर, माटोको मलिलोपन, चिसोपना, प्रतिस्पर्धा, वन डढेलोको प्रकोप, वृक्षारोपणको उद्देश्य, उपलब्ध स्रोत र साधन, लागत आदिमा भर पर्दछ। नेपालमा वृक्षारोपणको लागी विरुवाहरु बीचको उपर्युक्त दुरी लम्बाई २.५ मी. र चौडाई २.५ मी. मानिएको छ। तर डाले घाँसको वृक्षारोपण गर्दा विरुवाहरु कम्तीमा ५ मी. र ५ मी. को फरकमा रोपिन्छ।

वृक्षारोपणका लागि प्रजाति छनौट गर्दा स्थानीय जलवायुको अवस्था, माटोको अवस्था, व्यवस्थापन, बजारको माग र आपूर्ति, बिरुवाको वृद्धि दर, बिरुवाको उपलब्धता र लागत आदि कुराहरु ध्यानमा राख्नु पर्ने हुन्छ। वृक्षारोपणको कार्यले मानव जीवनलाई मात्र सहज नपुऱ्याई सम्पूर्ण जैविक विविधता संरक्षणलाई समेत टेवा पुऱ्याएको छ। वृक्ष चराचुरुङ्गीदेखि लिएर जंगली जनावर समेतको वासस्थान हो। यही वृक्षमा लडीबुडी खेल्दै अनेकौं प्राणीले जीवन धानेका छन्। वृक्ष प्रकृतिको अनुपम उपहार हो।

यो उपहारलाई विस्तारका लागि रोपण गर्नु अत्यावश्यक छ। हिन्दु धर्ममा वर पिपलका विरुवाहरुको रोपणले धर्म हुन्छ भन्ने मान्यता नै छ। यो मान्यताले हाम्रो पर्यावरण सन्तुलनका लागि भूमिका पनि खेलेको छ। हाम्रा परम्परागत ज्ञान सिप तथा संस्कारले पनि वृक्षारोपणको कार्यलाई राम्रो मान्दछन। वृक्षारोपणको कार्यलाई पुण्यसँग जोडेर समेत समाजमा हेरिने गरिन्छ। वृक्षारोपणले एकातर्फ घाँस, दाउरा, काठ, फलफुल आदिको सहज उपलब्ध गराएको छ भने अर्को तर्फ सारा विश्वले अहिले भोलिरहेको जलवायु परिवर्तनको समस्या न्युनिकरण तथा अनुकुलनमा सहयोग पुऱ्याएको छ। अहिलेको असार श्रावणको

प्रकाश थापा

महिना वृक्षारोपण गर्ने उपयुक्त समय हो।

यो समयमा मानव जीवनलाई हितकारी बनाउने वृक्षारोपणको कार्य गर्न सम्पूर्ण सरोकारवालाहरु एक जुट हुनुपर्दछ। टोल टोलका खाली क्षेत्र, सडक किनारा, पानीका मुहान लगायतका सार्वजनिक क्षेत्रमा वृक्षारोपण गरी पुण्य कमाउने कार्य गर्नुपर्दछ। अहिले हामीले गरेको वृक्षारोपणको कार्यले हाम्रो वातावरणलाई सफा स्वच्छ निर्मल राख्नुका साथै भावि पिंडीका लागी सम्पत्ति बन्दछ। सामाजिक, आर्थिक र वातावरणीय फाइदाहरुका लागि आआफ्नो समुदायमा वृक्षारोपणको व्यापक अभियान चलाउँ।

लेखक थापा जिल्ला वन कार्यालय बागलुङका सहायक वन अधिकृत हुन्।

दलितहरू हिन्दु कि गैरहिन्दु ?

हिरा विश्वकर्मा

म पाल्पा, तानसेन निवासी हुँ। मेरा बाजेका बुबा अर्थात तीन पुस्ताअघि काठमाडौंबाटै राणाहरूसँग पाल्पा आएर बसेका रे। मैले आफ्ना सबै किसिमका संस्कार हेरैं भने मूलधारका ब्राह्मण-क्षेत्रीको संस्कारभन्दा कुनै हिसाबमा फरक छैन। मेरो परिवारमा जन्म, मृत्यु र विवाह लगायत संस्कार अरू हिन्दु जातिसँग हुबहु मिल्छ। तर हामीलाई तल्लो जातको देखाउन चलनमा केही फेरबदल भयो। मृत्युमा ब्राह्मण-क्षेत्री १३ दिन किरिया बस्दा हाम्रोमा दस दिन बस्ने चलन थियो। ब्राह्मण-क्षेत्री परिवारमा किशोर उमेर नलाग्दै हुने उपनयन (व्रतबन्ध) संस्कार हाम्रोमा हुँदैन। हामीले जनै लगाउन पाउँदैनौं। त्यसैले उपनयन र विवाहको कर्म एकैसाथ गर्ने चलन छ। विवाह भनेको कर्म चल्ने संस्कार भएकाले त्यो संस्कारमा प्रवेश गर्नुअघि उपनयनको सामान्य विधि गर्ने चलन छ। हामी आमहिन्दुहरूले मुख्य रूपमा मनाउने सबै चाडपर्व मनाउँछौं। हाम्रा आफ्नै कुल देवता थिए, तिनको पूजा पनि हुन्थ्यो। तर त्यो परम्परा छोडिसकेका छौं। मेरो गोत्र आत्रेय हो, थर काला पौडेल। मैले आफ्नो सबै पृष्ठभूमि केलाउँदा आफूलाई कुनै पनि दृष्टिकोणबाट गैरहिन्दु देखिनँ। मेरो जस्ता लाखौं परिवार नेपालमा छन्। उनीहरू सबै हिन्दु हुन् भन्दा फरक पर्दैन। तर हिन्दुभित्र पर्ने दलितभन्दा दसौं गुणा धेरै दलितहरू गैरहिन्दुमा पर्ने विभिन्न अध्ययन तथा प्रमाणले पुष्टि गर्छन्। नेपालको सभ्यता र संस्कृति खास गरी सुदूरपश्चिम तथा कर्णालीबाट सुरू भएको मानिन्छ। अहिले पनि दलितको जनसंख्या सुदूरपश्चिममा १७, कर्णालीमा २३ र गण्डकीमा १७ प्रतिशत छ। मधेस प्रदेशमा पनि यत्तिकै प्रतिशत दलित जनसंख्या भए पनि त्यहाँ मधेसी दलितको बाहुल्य छ। यसको चर्चा अर्को कुनै आलेखमा गरूँला। तीन वटा प्रदेश सुदूरपश्चिम, कर्णाली र गण्डकीमा रहेका दलित जनसंख्या, उनीहरूको धर्म, संस्कृति, रहनसहन हेर्दा मूलधारको हिन्दुभन्दा धेरै अर्थमा फरक देखिन्छ। अहिले पनि सुदूरपश्चिम र कर्णाली प्रदेशमा बसोबास गर्ने दलितहरूको गोत्र र थर छैन। मेलै भेटेका त्यस क्षेत्रका धेरै साथीहरूसँग कुरा गर्दा उनीहरूलाई थर र गोत्र थाहा नभएको पाएँ। हिन्दु मान्यताअनुसार सगोत्रमा विवाह हुँदैन। यससम्बन्धी प्रश्नमा साथीहरूले खास गरी ठाउँ विशेषबाट आएका वा पेसा जनाउने थरहरू रहेकाले मिल्ने थरमा विवाह नहुने बताए। जस्तै- सुदूपश्चिममा पार्की थरले बेतबाँसको समान बनाउने जनाउँछ। ओडले घर बनाउने र आग्रीले सुरुङ खन्ने जनाउँछ। ढोलीले दमाहा-ढोल बजाउने जनाउँछ त हुड्केले हुड्के नाच नाच्ने जनाउँछ। वादीले वाद्यवादन बनाउने र बजाउने, गाइने वा गन्धर्वले गीत गाउने र सारंगी बजाउने जनाउँछ। यी सबै जातिका थर-गोत्र मूलधारका हिन्दुसँग थोरै मात्र मिल्ने देखिन्छ। नेपालमा दलितभित्रको जात निर्माणमा मुख्य दुइटा आधार भेटिन्छन्। पहिलो, युद्ध र अन्य षड्यन्त्रबाट पराजितहरूको जातिच्यूत गर्ने र उनीहरूलाई 'अछूत' बनाउने। अर्को, कुनै 'उच्च जात' का व्यक्तिले 'पानी नचल्ने तल्लो जात' का महिला वा पुरुषसँग विवाह गरेमा तिनका सन्तान जुन जात तल्लो मानिएको छ त्यसमा झार्ने।

यसरी उपल्लो भनिएको जातबाट तल्लो भनिएको जातमा खसेकाहरूमा पनि दुई थरी छन्। एउटा, हिन्दु बाहुन-क्षेत्रीबाट तल झरेका र केही जनजातिहरूबाट झरेका। यहाँ संस्कार र संस्कृति हेर्दा 'तल झरेको' जातको संस्कार र संस्कृति अँगालेको देखिन्छ। यस्तो संस्कृति विवाहमा स्पष्ट देखा पर्छ। सामान्यतया मूलधारका हिन्दुहरूमा मामाचेली र फुपूचेला विवाह हुँदैन। जनजाति बहुल क्षेत्रमा रहेको दलित बस्तीमा मामाचेली र फुपूचेलामा विवाह चल्छ। किनभने त्यहाँका बहुसंख्यक दलित परिवारका पुर्खा कुनै न कुनै समयमा जनजाति थिए। मैले आफ्ना पुर्खाका बारेमा भन्नु पर्दा मअघिको कुनै पुस्ता बाहुन वा क्षेत्रीबाट तल झरेको देखिन्छ। अतः मेरो परिवारमा मामाचेली र फुपूचेला विवाह हुँदैन।

सामान्यतया जात व्यवस्था तथा छुवाछुत हिन्दु समाजभन्दा बाहिर विरलै पाइन्छ। यता सुदूरपश्चिम, कर्णाली र केही हदसम्म गण्डकीका दलितहरूमा उनीहरू हिन्दु भएको आधार भेटिँदैन। किनभने अन्तरजातीय विवाहबाट जात 'खसेका' हरूको संख्या यति धेरै अर्थात् २५ लाखभन्दा बढी हुन सक्दैन, अन्य कारणहरू जिम्मेवार हुन सक्छन्। युद्ध तथा अन्य षड्यन्त्रबाट हराइएकाहरू मारिन्थे वा मारिने स्तरको अपराध नभएमा त्यसको जाति च्यूत गरिन्थ्यो। यसको पछिल्लो उदाहरणको रूपमा पृथ्वीनारायण शाहका ससुराली खलकका मगराती सार्कीहरूलाई लिन सकिन्छ। उनको ससुराली मकवानपुरका सेन ठकुरी खलक थिए र उनीहरूका बफादार सैनिक मग्राती मगरहरू थिए। सानै उमेरमा विवाह गरेकी आफ्नी श्रीमती लिन जाँदा पृथ्वीनारायण शाहलाई उनका ससुराली खलकले अपमान गरेको निहुँमा पछि एकीकरणको युद्धमा उनीहरू जातिच्यूत गरेर अछूत बनाइए (पद्मलाल विश्वकर्मा, इन्सेक मानव अधिकार वर्ष पुस्तक, १९९३)। उक्त घटनामा रोचक कुरा के छ भने पृथ्वीनारायणका ससुराली सेन खलक मात्रै नभई उनीहरूका बफादार मग्राती मगरहरू पनि एकैचोटि जातिच्यूत गरिए। तनहुँका उनीहरूकै वंशज सेन खलकहरू भागेर भारतको रामनगर गए। पछि जातिच्यूत हुनबाट बचाउन उनीहरू सगोत्रमा मिसाइए। मग्राती मगरहरूलाई मिसाउने कोही पनि निस्केनन्, सार्कीकै रूपमा रहे (डिकबहादुर विश्वकर्मा, समानुपातिक समावेशी नै किन? २०२०)। यो सिद्धान्त सुदूरपश्चिम, कर्णाली र गण्डकीमा व्यापक प्रयोग भएको देखिन्छ। यी तीन वटै प्रदेशमा दलितका संस्कारहरू हिन्दुसँग मिल्दैनन्। सुदूरपश्चिम र कर्णालीका बासिन्दाजस्तै त्यहाँका अधिकांश दलितहरू मष्टोलाई आफ्नो इष्ट देवता मान्छन्। धेरै दलित, त्यसमा पनि कामी समुदायका व्यक्तिहरूले तन्त्रमन्त्र साधनामार्फत मष्टो पूजारीको स्थान हासिल गरेका छन्। उनीहरूलाई मष्टो मान्ने खस क्षेत्रीहरूले पनि सम्मान गरेर ढोग्नेसम्मको चलन छ। यसले खसक्षेत्री भनिएका र दलितहरूका बीचमा पनि पहिले छुवाछुत नभएको देखाउँछ। त्यसो हो भने दलितहरू कसरी हिन्दु बनाइए त भन्ने प्रश्न उठ्छ। दलितहरू उक्त क्षेत्रमा कहिले आएर बसोबास गरे भन्ने लिखित इतिहास छैन। श्रुति र परम्परालाई आधार मान्ने हो भने त्यहाँ कुमाउ र गढवालबाट छिरेका बाहुन-क्षेत्रीभन्दा धेरै पहिलेदेखि उनीहरूको बसोवास रहेको पाइन्छ। त्यसको प्रमाणको रूपमा त्यहाँका विभिन्न ठाउँका नाम दलितको जातसँग मिल्नुलाई लिन सकिन्छ। बझाङमा भूलकोट भन्ने ठाउँ छ। त्यहाँ भूल सार्कीहरूको ठूलो बस्ती छ। त्यहाँ उनीहरूको आफ्नै शासन व्यवस्था रहेको देखिन्छ। डा. कृष्ण भट्टचन र चक्रमान विश्वकर्माको अनुसन्धान टोलीले उनीहरूले छालाको मुद्रा प्रचलनमा ल्याएको भेटाएको थियो। त्यस्तै अपमानको रूपमा प्रयोग हुने डुम शब्द डुम्राकोटबाट आएको हो। त्यहाँ डुम राजाले शासन गर्थे भनिन्छ। थलारा कोटको पुरानो नाम आग्रिकोट हो अर्थात सुरुङ खन्ने पेसा भएका कामी जातिको बसोवास भएको क्षेत्र। त्यस्तै बझाङमै शूलीकोट भन्ने ठाउँ छ जहाँ कालु शूले भन्ने कामी राजा शासन गर्थे। केही वर्षअघिसम्म शूले राजाको दरबारको भग्नावशेष पनि थियो भनिन्छ। त्यही शूलीकोटको नामबाट शूलीगाढ नामको खोला पनि छ। यो कुरा कर्णालीको कालीकोटमा पनि लागू हुन्छ। त्यहाँ खाडाचक्र भन्ने ठाउँ छ जहाँ विश्वकर्माहरूको ठूलो बस्ती छ। खाडो बनाएर चक्र घुमाएको हुँदा त्यस ठाउँको नाउँ खाडाचक्र रहेको भनिन्छ। त्यहाँ चौधौं पुस्ताका कामी राजा देवजंग लोहार भएको र उनका सन्तान अहिले पनि त्यहाँ रहेको बताइन्छ। मलय बर्माले हराएपछि ती राजाको जातिच्यूत गरेको भनिन्छ। जुम्लाको सुनार गाउँ पहिले सुवर्णनगर भनिन्थ्यो। त्यहाँ देशददेव कामी राजा थिए। उनलाई ऋचत्त राजाको सेनाले अपदस्त गरेको भनिन्छ। डोटी जिल्लामा कुमालीकोट भन्ने ठाउँ छ। पश्चिममा वादीहरूले कुमालको पनि काम गर्ने भएको हुँदा उक्त नाम रहेको र सो क्षेत्रका हर्ताकर्ता वादीहरू रहेको भनिन्छ। प्यूठानको झिमरुक गाउँपालिका पहिले वादीकोट गाविसको नामले चिनिन्थ्यो (डिबी नेपालीको खोजमा आधारित अप्रकाशित कृति)। यी सबै तथ्यहरू केलाउँदा एउटा के निष्कर्षमा पुग्न सकिन्छ भने अहिलेका बहुसंख्यक दलितहरू इतिहासको विभिन्न कालखण्डमा युद्ध तथा षड्यन्त्र गरेर जातिच्यूत गरिए। हिन्दु विजेताहरूले अछूत बनाए र उनीहरूकै संस्कार संस्कृति अपनाउन बाध्य पारे। यता अन्तरजातीय विवाहको कारणले हिन्दुबाट जातिच्यूत भएकाहरूको संख्या पनि बढ्दै गयो। अतः पहाडी दलितमा दुई तिहाई गैरहिन्दु र एक तिहाई हिन्दु भएको मान्न सकिन्छ। अहिले हामी पहिचानको युगमा बाँचेका हुँदा आमदलित समुदायले आफ्नो पहिचान कसरी अघि बढाउने भन्ने कुरा सोच्न आवश्यक भएको छ। **सेतोपाटी**

झुलेनी युनाईटेड नेटवर्क प्रा.लि. प्यूठानद्वारा प्रकाशित समाचारमुलक पत्रिका

झुलेनी पोष्ट साप्ताहिक

बाढी पहिरोबाट सतर्क रहौं ।

१) गाउँघरका माथिल्लो भागमा कुलो बनाई पानीको उचित निकास दिऔं ।
२) घरभित्र वा वरिपरिको जमिन चिरा परेको भए सुरक्षित स्थानमा बसौं ।
३) नदी वा खोलामा बाढी आएमा तल्लो भागमा बस्ने जनसमुदायलाई सूचना दिऔं ।
४) भूकम्पले चिरा पारेको छ भने त्यस्तो स्थानलाई टालौं र सजगता अपनाऔं ।
५) भौगोलिक अवस्था विचार गरेर मात्र बाटो, कुलो वा नहर जस्ता संरचना बनाऔं ।
६) भु-क्षयबाट बचौ र बचाऔं ।

नेपाल सरकार विज्ञापन बोर्ड

गाउँपालिकाबासीलाई अनुरोध

१) जन्म, मृत्यु, बसाईसराई, बिवाह दर्ता जस्ता घटना ३५ दिनभित्र सम्बन्धित वडा कार्यालयमा दर्ता गरौं ।
२) मालपोत लगायतका दस्तुर समयमै बुझाई जिम्मेवार नागरिक बनौं ।
३) कृषिमा आत्मनिर्भर, पशुपालनमा युवा सहभागिता बढाएर स्वरोजगार बनौं ।
४) आफ्नो सन्तानलाई सक्षम एवम् शिक्षित बनाउन विद्यालय पठाऔं।
५) गाउँ टोलको विकास निर्माण कार्यमा सहभागिता जनाऔं।
६) बाँझो जमिन उपयोग गरी खाद्यान्न संकट हटाउनुमा जोड दिऔं ।
७) रुख, बिरुवा बृक्षारोपण गरी वातावरण हरीयाली बनाऔं।
८) पूर्ण सरसफाई तथा हिंसा मुक्त समाज निर्माणमा सहयोग गरौं ।
९) आर्थिक कार्यमा महिला सहभागितामा जोड दिऔं ।
१०) बाल बिवाह रोकौं, छोरीको उज्वल भविष्यको लागि आजैदेखि सोचौं ।
११) लैङ्गिक हिंसाको विरोध गरौं । ज्येष्ठ नागरिक, एकल महिला एव अपांगता भएका व्यक्तिहरुको लागि वितरण गरिने सामाजिक सुरक्षा भत्ता र अन्य लक्षित कार्यक्रममा हुन सक्ने दुरुपयोगमा खवरदारी गरौं ।
१२) पालिकाबाट इजाजत लिएर मात्र घर निर्माण तथा व्यवसाय सञ्चालन गरौं ।

अनुरोधक : सरुमारानी गाउँपालिका बड्डाँडा प्यूठान

नगरपालिकाबासीलाई अनुरोध

१) जन्म, मृत्यु, बसाईसराई, बिवाह दर्ता जस्ता घटना ३५ दिनभित्र सम्बन्धित वडा कार्यालयमा दर्ता गरौं ।
२) मालपोत लगायतका दस्तुर समयमै बुझाई जिम्मेवार नागरिक बनौं ।
३) कृषिमा आत्मनिर्भर, पशुपालनमा युवा सहभागिता बढाएर स्वरोजगार बनौं ।
४) आफ्नो सन्तानलाई सक्षम एवम् शिक्षित बनाउन विद्यालय पठाऔं।
५) गाउँ टोलको विकास निर्माण कार्यमा सहभागिता जनाऔं।
६) बाँझो जमिन उपयोग गरी खाद्यान्न संकट हटाउनुमा जोड दिऔं ।
७) रुख, बिरुवा बृक्षारोपण गरी वातावरण हरीयाली बनाऔं।
८) पूर्ण सरसफाई तथा हिंसा मुक्त समाज निर्माणमा सहयोग गरौं ।
९) आर्थिक कार्यमा महिला सहभागितामा जोड दिऔं ।
१०) बाल बिवाह रोकौं, छोरीको उज्ज्वल भविष्यको लागि आजैदेखि सोचौं ।
११) लैङ्गिक हिंसाको विरोध गरौं । ज्येष्ठ नागरिक, एकल महिला एवम् अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको लागि वितरण गरिने सामाजिक सुरक्षा भत्ता र अन्य लक्षित कार्यक्रममा हुन सक्ने दुरुपयोगमा खवरदारी गरौं ।
१२) पालिकाबाट इजाजत लिएर मात्र घर निर्माण तथा व्यवसाय सञ्चालन गरौं ।

अनुरोधक :
स्वर्गद्वारी नगरपालिका,
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय,
भिंगृ प्यूठान

झुलेनी पोष्ट साप्ताहिक
समाचार, सूचना, विचार र विज्ञापन प्रकाशनका लागि हामिलाई सम्पर्क :
०८६-५९०४३६
Email :
jhulenipyuthan@gmail.com

चन्द्रमासम्मै

यस्तो ठूलो कोलोनी हुनेछ जसमा मानिसहरुको बसोबास हुनेछ । उक्त कोलोनी चन्द्रमा तथा मंगल ग्रहमा बनाइनेछ । उक्त कोलोनीका सिसाघरभित्र सहजै बस्न सकिनेछ तर बाहिर निस्किँदा स्पेस शूट लगाउनु पर्नेछ ।

त्यहाँ अन्य दैनिक जिवनका क्रियाकलाप सहजै हुने अपेक्षा गरिए तापनि बच्चा जन्माउने जस्ता कार्यहरु कत्तिको असहज हुन्छन् भन्ने पत्ता लगाउनु हालका लागि सम्भव छैन । एक्काइसौं सताब्दीको उत्तरार्धसम्ममा चन्द्रमा र मंगल ग्रहमा वस्ती बसाल्न सम्भव हुने वैज्ञानिकहरुको विश्वास छ । जापानको क्योटो विश्वविद्यालय तथा काजिमा कन्स्ट्रक्सनले संयुक्त रुपमा चन्द्रमा र मंगलसम्म बुलेट रेल चलाउने र सिसाको आवास बनाउने योजना तयार पारेका हुन् । ग्लास सोलीजस्तो एक आवास स्थान हुनेछ जसमा कृत्रिम गुरुत्वाकर्षण बल हुनेछ ।

उक्त वस्तीमा सार्वजनिक यातायातको सुविधा हुनेछ । रुख विरुवाले हरियाली हुने त्यस ठाउँभित्र नदी लगायतका जलश्रोत तथा पार्क लगायतका मानिसलाई आवश्यक सबै चिज हुनेछन् । उक्त भवन करीब १३ सय फिट लामो हुनेछ । सन् २०५० सम्ममा त्यसको नमूना अर्थात् प्रोटोटाइप तयारी हुने वैज्ञानिकको भनाई छ । त्यसको अन्तिम रुप भने यो सताब्दीको अन्त्यसम्ममा आउन सक्नेछ ।

चन्द्रमामा बन्ने सिसाको कोलोनीको नाम लूना ग्लास हुनेछ र मंगलमा हुने यस्तो कोलोनीको नाम मार्स ग्लास हुनेछ । क्योटो विश्वविद्यालय र काजिमा कन्स्ट्रक्सनले स्पेस एक्सप्रेस नामक बुलेट ट्रेन पनि बनाइरहेका छन् । उक्त रेल पृथ्वीबाट चन्द्रमा तथा मंगल ग्रहका लागि छुट्नेछ । यो एक अन्तर ग्रह परिवहन प्रणालीको रुपमा रहनेछ । उक्त बुलेट ट्रेनको नाम हेक्जाट्र्याक राखिएको छ । यो रेलले लामो दूरीको अन्तरीक्ष यात्रामा समेत १जी गुरुत्वाकर्षणको क्षमता कायम राख्न सक्नेछ । ताकि लामो समयसम्म शून्य गुरुत्वाकर्षणको असर त्यसभित्र रहेका यात्रुहरुले भोग्नुपर्ने छैन । हेक्साट्र्याक मा हेक्जा क्याप्सुल पनि हुनेछ । सो क्याप्सुल षटकोण आकारको हुनेछ । यो १५ मिटर लामो मिनी क्याप्सुल हुनेछ । साथै त्यसमा ३० मिटर लामो ठूलो क्याप्सुल पनि हुनेछ जसले चन्द्रमा र मंगलको यात्रा गराउनेछ । यो रेल पृथ्वीबाट चन्द्रमा हुँदै मंगलसम्म पुग्नेछ । यो क्याप्सुल विद्युत चुम्बकीय प्रविधिमा चल्नेछ । जस्तो जर्मनी तथा चीनमा मेगलेभ रेल चल्दछ ।

पृथ्वीमा निर्माण हुने ट्र्याक स्टेशनको नाम टेरा स्टेशन हुनेछ । यो रेल स्टाण्डर्ड गेजको ट्र्याकमा चल्नेछ जसमा ६ वटा डिब्बा हुनेछन् । पहिलो र अन्तिम डिब्बामा रकेट बुस्टर जडान हुनेछ । यसले रेललाई अगाडि र पछाडि लैजाने र अन्तरीक्षमा गति घटबढ गराउन सकिन्छ । साथै पृथ्वी र चन्द्रमा तथा मंगलको गुरुत्वाकर्षणको हिसाबले यसले काम गर्नेछ

झुलेनी पोष्ट साप्ताहिक
समाचार, सूचना, विचार र विज्ञापन प्रकाशनका लागि हामिलाई सम्पर्क: ०८६-५९०४३६
Email :
jhulenipyuthan@gmail.com

गाउँपालिकाबासीलाई अनुरोध

१) जन्म, मृत्यु, बसाईसराई, बिवाह दर्ता जस्ता घटना ३५ दिनभित्र सम्बन्धित वडा कार्यालयमा दर्ता गरौं ।
२) मालपोत लगायतका दस्तुर समयमै बुझाई जिम्मेवार नागरिक बनौं ।
३) कृषिमा आत्मनिर्भर, पशुपालनमा युवा सहभागिता बढाएर स्वरोजगार बनौं ।
४) आफ्नो सन्तानलाई सक्षम एवम् शिक्षित बनाउन विद्यालय पठाऔं।
५) गाउँ टोलको विकास निर्माण कार्यमा सहभागिता जनाऔं।
६) बाँझो जमिन उपयोग गरी खाद्यान्न संकट हटाउनुमा जोड दिऔं ।
७) रुख, बिरुवा बृक्षारोपण गरी वातावरण हरीयाली बनाऔं।
८) पूर्ण सरसफाई तथा हिंसा मुक्त समाज निर्माणमा सहयोग गरौं ।
९) आर्थिक कार्यमा महिला सहभागितामा जोड दिऔं ।
१०) बाल बिवाह रोकौं, छोरीको उज्ज्वल भविष्यको लागि आजैदेखि सोचौं ।
११) लैङ्गिक हिंसाको विरोध गरौं । ज्येष्ठ नागरिक, एकल महिला एवं अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको लागि वितरण गरिने सामाजिक सुरक्षा भत्ता र अन्य लक्षित कार्यक्रममा हुन सक्ने दुरुपयोगमा खवरदारी गरौं ।

अनुरोधक
गौमुखी गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय, लिवासे प्यूठान

झुलेनी युनाईटेड नेटवर्क प्रा.लि. प्यूठानद्वारा प्रकाशित झुलेनी पोष्ट साप्ताहिक
अध्यक्ष : गिरुप्रसाद भण्डारी (९८५७८३३०५१), सम्पादक : दीपा घर्ति (९८५७८३६६७२)
कार्यालय : प्यूठान न.पा.-४, विजुवार भौकारोड, (फोन : ०८६-५९०४३६) इमेल : jhulenipyuthan@gmail.com मुद्रण : भिजन अफसेट प्रेस जस्पुर, प्यूठान