स्थानीय 'ख' वर्गको
झुलेनी पोष्ट
www.jhulenipost.com

वर्ष ५, अंक २०, २०७९ पौष १२ मंगलवार (Jhuleni Post Weekly 27 Dec. 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

७ प्रदेशमै नयाँ गठबन्धनको सरकार बन्ने

झुलेनी नेटवर्क
प्यूठान

सरकारसँगै प्रदेशहरुमा पनि नयाँ गठबन्धनकै मन्त्रि बन्ने देखिएको छ। केन्द्रमा एमाले, माओवादी केन्द्र, राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टी, राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टी, जनता समाजवादी पार्टी, जनमत पार्टी, नागरिक उन्मुक्ति पार्टी र तीन स्वतन्त्र सांसद समेत गरी १६९ सांसदको नयाँ गठबन्धन बनेको हो। नयाँ गठबन्धनबाट माओवादी केन्द्रका अध्यक्ष पुष्पकमल दाहाल प्रचण्ड प्रधानमन्त्रीमा नियुक्त भइसकेका छन्। केन्द्रमा मन्त्रिपरिषद् विस्तारसँगै प्रदेशहरुमा सरकार गठनको प्रक्रिया पनि सुरु हुनेछ। सबै प्रदेशमा एमाले नेतृत्वको गठबन्धनको बहुमत रहेको छ।

प्रदेश १ मा ९३ सांसद रहेकोमा बहुमतका लागि कम्तीमा ४७ सांसदको समर्थन आवश्यक पर्नेमा एमालेका ४०, माओवादी केन्द्रका १३, राप्रपाका ६ र जसपाका १ सांसद छन् । यस्तै १०७ सदस्यीय मधेस प्रदेशमा बहुमतका लागि कम्तीमा ५४ सांसद आवश्यक हुन्छ । मधेसमा एमालेका २३,जसपाका १६, जनमत पार्टीका १३, माओवादी केन्द्रका ८, राप्रपाक १ सांसद छन्।

बाग्मती प्रदेशमा ११० सांसद रहेकोमा बहुमतका लागि कम्तीमा ५६ सांसद आवश्यक पर्नेमा एमालेका २७, माओवादी केन्द्रका २१ र राप्रपाका १३ सांसद छन्। ६० सदस्यीय गण्डकी प्रदेशमा बहुमतका लागि कम्तीमा ३१ सांसद आवश्यक पर्नेमा एमालेका २२, माओवादी केन्द्रका ८, राप्रपाको २ सांसद छन् । ८७ सदस्यीय लुम्बिनी प्रदेशमा बहुमतका लागि कम्तीमा ४४ सांसद आवश्यक पर्नेमा एमालेका २९, माओवादी केन्द्रका ९, राप्रपाका ४, नागरिक उन्मुक्ति पार्टीका ४, जसपाका ३, र जनमत पार्टीको ३ सांसद छन्। कर्णाली प्रदेशमा ४० सांसद रहेकोमा बहुमतका लागि २१ सांसद आवश्यक परेको छ।

जसमा माओवादी केन्द्रका १३, एमालेका १०, र राप्रपाका एक सांसद छन् । यस्तै ५३ सदस्यीय सुदूरपश्चिम प्रदेश सभामा बहुमतका लागि कम्तीमा २७ सांसद आवश्यक पर्नेमा माओवादी केन्द्रका ११, एमालेका १०, नागरिक उन्मुक्ति पार्टीका ७ र राप्रपाको एक सांसद छन् । यो हिसाबले सातवटै प्रदेशमासमेत नयाँ गठबन्धनको सरकार बन्ने पक्का भएको छ।

प्रचण्ड नेपालको ४४ औं प्रधानमन्त्री

शनिबार नेकपा माओवादी केन्द्रका अध्यक्ष पुष्पकमल दाहाल प्रचण्डले नेपालको ४४ औँ प्रधानमन्त्री बनेका छन। सोमबार प्रधानमन्त्रीका रुपमा पद तथा गोपनीयताको शपथ लिएका हुन् । नेकपा एमालेसहित सात दलीय गठबन्धनको समर्थनमा तेस्रो कार्यकालका लागि प्रधानमन्त्री बनेका उनलाई राष्ट्रपति विद्यादेवी भण्डारीले पद तथा गोपनीयताको शपथ दिएकी हुन् । प्रचण्डले शपथ लिने क्रममा निवर्तमान ..

बाँकी ८ पेजमा

रिपोर्टर डायरी

प्यूठान अस्पतालमा जे देखियो

बोम बहादुर परियार
झुलेनी पोष्ट

शनिबार राती ११ बजे प्यूठान अस्पतालमा एउटा डरलाग्दो सल्यक्रिया गरिएको छ । रोल्पाको खुंग्री स्थित घर भएकी २७ वर्षिय डाली घर्तीमगरलाई लगातार रक्तश्राव भयो । सात महिनाको बच्चा उनको पेटमा थियो । भिडियो एक्सरेको रिपोर्ट अनुसार पेटमा बच्चा तेर्सो परेको थियो । रगत भने रोकिदै रोकिएको थिएन । उनको यस अघि पनि सल्यक्रिया गरिएको थियो । पाठेघरको अगाडि साल आएर बसेको थियो ।

त्यसैले उनको सल्यक्रिया निकै चुनौतीपूर्ण थियो । सनिबार राती प्यूठान अस्पतालमा उनको चेक जाँच भयो । डालीको त्यो अबस्था देखेर नर्सिङ कर्मचारी समेत आत्तिन थाले । रगत बगिरहेको छ । उनको शरिरमा हेमोग्लोबिनको मात्रा समेत घट्दै गएको थियो । नर्सीङ कर्मचारीले चिकित्सकलाई खबर गरे । बिरामीको अवस्था बुझेर रगत सहयोगको लागि चिकित्सकले मलाई सम्पर्क गरे । म आत्तिदै अस्पतालमा पुगेँ । त्यहाँ मेरो रगतको पनि उत्तिकै आवश्यक थियो। एम. डी.जी.पी. चिकित्सक सहितको टिमले बिरामीलाई हेर्दै थिए । चिकित्सकहरु आत्तिन थाले । चिकित्सकहरु बिरामीलाई बाहिर रिफर गर्ने सल्लाह गर्दै थिए। तर, बाटोमै केही पो हुने होकि भन्ने ठूलो डर थियो। केही बेरपछि प्यूठान अस्पतालका एम.डी.जी.पी. सन्तोस केसीले आफ्नो टोलीसंग सल्लाह गरेर निर्णय लिए । सकिन्छ आमा र बच्चा, अथवा आमालाई

बाँकी ७ पेजमा

हाम्रो नजर

वडाहरुका सराहनीय काम

अन्तरजातीय बिबाह गर्ने जोडिहरुलाई माण्डवी गाउँपालिका ३ नं वडाले खादा र प्रमाणपत्र दिएर सम्मान गरेको छ। जातिय भेदभाव तथा उन्मुलन भन्ने नारालाई आत्मासाथ गर्दै वडाले ४ जोडिलाई सम्मान गरेको हो।

समाजमा हुने विभेद, कुरिती र कुप्रथा जस्ता विभेदलाई न्युनिकरण गर्न सम्मान गरिएको वडा अध्यक्ष धनेन्द्र कार्कीले जानकारी दिए। जोडिको मनोबल बृद्धि गर्न र भेदभाव नराख्ने धारणाले ती बर बधुलाई सम्मान गरिएको अध्यक्ष कार्कीले जानकारी दिए। साथै त्यस्ता विभेद आगमी दिनमा नहोस भन्नका लागि ती कार्यक्रम निरन्तर रहने पनि उनले जानकारी दिए। यस्तो खालका जातिय विभेद अन्त्य गर्न सवै स्थानीय तहको ध्यान पुगोस्।

त्यस्तै स्वर्गद्धारी नगरपालिका प्रमखु टेकप्रसाद भण्डारीले जेष्ठ नागरिकका लागि छिट्टै नै शिविर सञ्चालन गर्ने बताए। आज स्वर्गद्धारी नगरपालिका ३ नं वडाले गरेको जेष्ठ नागरिक सम्मान कार्यक्रममा बोल्दै उनले यस्तो बताए। नगरपालिकाले जेष्ठ नागरिकको हक र हितका लागि सो शिविर सञ्चालन गर्ने बताएका हुन्।

बाँकी ८ पेजमा

झुलेनी पोष्ट
सम्पादकीय....

जग्गाको वर्गीकरण छिटो गर

भूमि व्यवस्था सहकारी तथा गरिबी निवारण मन्त्रालयले गत साउन ३१ मा प्रेस नोट जारी गर्दै मंसिर २३ सम्म मुलुकभरका बसै स्थानीय तहलाई कृषि र गैरकृषि क्षेत्र (जग्गा) छुट्याउन परिपत्र गरेको थियो । तर, प्यूठानका कुनै पनि स्थानीय तहले अझै छुट्याएका छैनन् । वर्गीकरण गर्न सकेका छैनन् । वडा तहबाटै कृषि र गैरकृषि क्षेत्र छुट्याई सिफारिस गर्न नसक्दा स्थानीय भूउपयोग परिषद्बाट काम हुन सकेको छैन । कुनै स्थानीय तहका वडाहरुले वर्गीकरण गरेर पठाएपनि उपल्लिो निकायले कार्यान्वयन गरेको छैन् ।

कुनै स्थानीय तहरुमा कृषि र गैरकृषि छुट्याउने विषयमा वडामै समन्वय भएका छैनन् । कृषि र गैरकृषि छुट्याउने कार्यले पछिसम्मै असर पर्ने भएकाले यसमा स्थानीय तहहरु चनाखो भएर काम गर्न पर्नेमा चनाखो भएको देखिदैन । कृषि र गैरकृषि क्षेत्र वर्गीकरण गर्दा विवादमा आउने डरले स्थानीय तहले काम गर्न नसकेको हुन् । नापी विभागसँग प्राविधिक सहयोग मागेर काम गर्न पर्ने गरेका छैनन् । स्थानीय तहले अब कृषि र गैरकृषि क्षेत्र मात्रै वर्गीकरण गर्न पाउने छैनन् । अब सबै स्थानीय तहले सरकारले तोकेका १० वटै क्षेत्रमा भूमिको वर्गीकरण गर्नुपर्ने नापी कार्यालयले बताउदै आएको छ ।

स्थानीय भूउपयोग परिषद्ले भूमिको वर्गीकरण गरिसकेपछि त्यसको विवरण नापी विभागलाई विवरण पठाउनुपर्ने सरकारको परिपत्रमा थियो । मन्त्रालयले तोकेको मंसिर २३ सम्मको समयसीमाभित्र भूमिको वर्गीकरण गर्न थियो । भूमि वर्गीकरण नगर्दा कित्ताकाट रोकिएको छ । भूमि वर्गीकरण नहुँदा कित्ताकाट गरेर बेचबिखन र अंशबण्डा गर्न समस्या भइरहेको छ । त्यसको प्रत्यक्ष असर सरकारको राजस्व संकलनमा समेत परेको छ ।

बालेनका समर्थकले नबुझेको सामाजिक करार

जीवन क्षेत्री

भारतको संविधान निर्माणमा मुख्य भूमिका खेलेका अभियन्ता तथा विचारक बिआर अम्बेडकरको एउटा विख्यात भनाइ छ- धर्ममा भक्तिले आत्माको मुक्ति दिलाउन सक्छ तर राजनीतिमा भक्ति वा जयगानले स्खलन र अन्ततः अधिनायकवादमा पुऱ्याउँछ । यो भनाइमा सार्वकालिक सत्यता छ। नेपालमा पनि २०७४ को चुनावपछि शक्तिशाली प्रधानमन्त्री बनेका केपी ओलीलाई 'भक्त' हरूले घेरेका थिए । अम्बेडकरले भनेजस्तै त्यो भक्तिले ओलीलाई स्खलन र अधिनायकवादको दुवै बाटोमा डोऱ्यायो ।

माइतीघरमा उभिने नागरिकदेखि स्वतन्त्र मिडियाजस्ता लोकतन्त्रका खम्बाहरूमा आफ्नो भक्तिगानप्रति चुनौती देख्न थालेका ओलीले पहिलोलाई निषेध नै गरे भने दोस्रोमा अंकुश लगाउने प्रयास गरे। २०७९ मा भएका स्थानीय र आम चुनावपछि भने माहोल फेरिएको छ। शेरबहादुर देउवा, पुष्पकमल दाहाल 'प्रचण्ड' वा ओलीमध्ये जसको सरकार बने पनि कमजोर र अस्थिर सरकार बन्ने र देशमा अर्कै खालको अस्तव्यस्तता आउनेजस्तो माहोल अहिले बनिरहेको छ।

यही अस्तव्यस्तताबीच राजनीतिमा उदाउँदै गरेका नयाँ पात्रहरूको पनि तौरतरिका राम्रो देखिएको छैन। अनि उनीहरूको वरिपरि पनि त्यस्तै समर्थक र भक्तहरूको गोलो जम्मा हुने क्रम सुरू भएको छ । आलोचनात्मक चेत नभएका समर्थकहरूले पनि नेतालाई बिगार्छन् । भक्तहरू त आफ्ना नेतालाई गरिएको आलोचनाप्रति यति असहिष्णु हुन्छन्, नेता त बिगार्छन् नै, समाजमा बहस र आलोचना हुने ठाउँ नै दूषित पार्छन् । खुम्च्याउँछन् । काठमाडौं महानगरपालिकाको मेयरमा बालेन शाह निर्वाचित भएसँगै सानै राजनीतिक एकाइबाट भए पनि परिवर्तन र सुधारको आशा गर्नेहरूमध्ये म पनि एक थिएँ । महानगरवासीको स्वास्थ्य अवस्था सुधारका लागि उनको स्थानीय सरकारले गर्न सक्ने कामको विवरण समेटेर कान्तिपुरमा मैले एउटा स्तम्भ नै लेखेको थिएँ।

काठमाडौंमा उनले व्यवस्थापनको सट्टा 'शासन' गर्न थालेपछि भने मलाई लाग्यो- कला क्षेत्रबाट राजनीतिमा आएका यिनलाई सामाजिक करारको राजनीतिक अवधारणा बुझाउनु जरूरी छ । तर राजधानीलाई 'सुन्दर' बनाउने उनको पछिल्लो अभियानको यो भिडिओको जस्तो झुरता हेरेपछि म आज अलि फरक निष्कर्षमा पुगेको छु।

अब मलाई लाग्छ, बालेनलाई सामाजिक करारबारे बुझाउनुको कुनै तुक छैन । उनी सुनेर, पढेर, हेरेर बोध गर्ने मनोदशामा छैनन्। सम्भवतः यथार्थमा मानिसहरू नेपालमा कसरी बाँचेका छन्, तिनका भावना र संवेदना के छन्, ती भोकै छन् कि, तिनका बालबालिका रोगी र अशिक्षित छन् कि, यी सबै 'संकीर्ण' वा 'तुच्छ' कुराभन्दा उनी माथि उठिसकेका छन्। बालेनको अहिलेको मनोदशा फ्रान्सकी अन्तिम रानी मेरी अन्टोइनेटको जस्तो लाग्छ। भनिन्छ, जब देशमा भोकमरीका कारण किसानहरूले पाउरोटी खान नपाएर भोकभोकै परेको समाचार सुनिन्, उनले बुझ्नै सकिनन- आखिर उनीहरूले आफूले झैं केक किन खाँदैनन् त ? अनि समस्याको समाधान सुझाइन्- उनीहरूलाई केक खान लगाऊ न त !

काठमाडौंका बालेनको तर्क पनि उस्तै लाग्छ- यी मानिसहरू महल वा बंगलामा बस्न छाडेर किन सडकमा आउँछन् ! यथार्थभन्दा परको मनोविज्ञान सक्रिय हुने यस्तो अवस्थालाई डाक्टरी भाषामा 'डेलिरियम' भनिन्छ । यस्तो अवस्थामा व्यक्तिका इन्द्रीयहरूले बाह्य सूचना ग्रहण गर्न त सक्छन् तर तिनलाई सही रूपमा अर्थ्याउन र त्यसै अनुसारको व्यवहार गर्न सक्दैनन्। मानिसहरूको आँशु र बिचल्लीमा बालेनको 'सफलता' देख्ने समर्थक र भक्तहरूको कमी छैन । फेसबुकदेखि टिकटकसम्म बालेनलाई शासकका रूपमा सफल भइरहेको भन्नेहरू देखिन्छन्। यति हुँदाहुँदै पनि मेरो विश्वास छ, उनका समर्थकहरू सबै त्यस्तो मनोदशामा पुगिसकेका छैनन्। उनीहरूलाई सामाजिक करारको पाठले केही फाइदा गर्न सक्छ । त्यसैले अब अलिकति त्यसको चर्चा गरौं।

पृथ्वीमा राज्य भन्ने कुरा शाश्वत होइन । पहिले यहाँ मानिस थिए। तिनले समुदाय बनाए, समुदायले समाज । त्यो संरचना ठूलो हुँदै जाँदा त्यसैले राज्यको रूप लियो । त्यसैले राज्य भनेको शाश्वत अधिकार बोकेको, मानिसमाथि आफूले चाहेको व्यवहार निःशर्त रूपमा लागू गर्न पाउने निकाय होइन। फ्रान्सेली क्रान्तिभन्दा अगाडि संसारका धेरै राजतन्त्रहरूले रैतीमाथि आफ्नो दैवी अधिकार भएको दाबी गर्थे। तर जुन दिन मानिसहरू जागे, त्यही दिन त्यहाँका राजा लुई सोह्रौं र केक खाने आदेश दिने रानी मेरीको घाँटी गिलोटिनमा राखेर काटिदिए।

त्यसयता संसारमा जति पनि शासन व्यवस्था आएका छन्, ती अधिनायकवादी नै भए पनि तिनले नागरिकहरूसित एउटा करार गरेका छन् जुन गतिशील हुने गरेको छ। करार तोडिएको दिन तानाशाहहरूको शासन गर्ल्यामगुर्लुम्म भएको पनि छ । आधारभूत रूपमा, त्यो करारमा व्यक्तिको सुरक्षाको जिम्मा राज्यले लिन्छ, राज्यलाई पाल्ने कर व्यक्तिले तिर्छ। उन्नत सामाजिक करार हुने देशहरूमा राज्यले नागरिकहरूको स्वास्थ्य र शिक्षाको पनि जिम्मा लिन्छ, सम्मानजनक जीविकालाई सहजीकरण गर्छ अनि न्याय र अनेक खाले स्वतन्त्रताहरू सुनिश्चित गर्छ। संसारका धेरै देशहरूका सामाजिक करारहरू त्यही आधारभूत र उन्नतबीचको 'स्पेक्ट्रम' मा कहीँ कतै पर्छन् । धेरै जसो नर्डिक देशहरूका सामाजिक करार उन्नत मानिन्छन्, उत्तर कोरियाजस्ता सर्वसत्तावादी, सोमालियाजस्ता अस्तव्यस्त र बर्माका जस्ता दमनकारी राज्यहरू झुर सामाजिक करारका लागि कुख्यात छन् ।

केही बाँकी ६ पेजमा

गाउँपालिकाबासीलाई अनुरोध

उत्पादन बढाऔं र मितव्ययी बनौं ।

-स्थानीय स्रोत र साधन परिचालन गरी उत्पादन बढाऔं ।
-आर्थिक रुपमा सक्षम बनौं, राष्ट्रिय पूँजी निर्माणमा योगदान पु-याऔं ।
-देखासिकी नगरौं, आफ्नो आर्थिक क्षमताको पहिचान गरौं ।
-आर्थिक मितव्ययी बनौं, फजुल खर्च नगरौं ।
-विलासिताका वस्तु तथा सेवाको अनावश्यक उपयोगलाई निरुत्साहित गरौं ।

अनावश्यक खर्च घटाएर बचत गर्ने बानीको विकास गरी विश्वसनीय बैंक तथा वित्तीय संस्थामा जम्मा गरौं ।

अनुरोधक
झिमरुक गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय, भ्यागुते प्यूठान

जनहितमा जारी सन्देश

- फोहोर छोएपछि, खाना खानु वा खुवाउनु अघि, चपी प्रयोग गरिसके पछि सावुन 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 फ्याँक्ने ।

अनुरोधक:
खानेपानी तथा सरसफाई डिभिजन कार्यालय परिवार प्यूठान

'भाइरल' बन्नु र बनाउनुअघि सोचौँ

बबिता बस्नेत

विभिन्न अभियानकर्ताको नाममा हामीकहाँ जसले जसलाई जे आक्षेप लगाए पनि हुने संस्कृति स्थापित हुँदैछ । बेथिति रोक्ने नाममा कसैलाई अपमान गरेर अर्को बेथिति सिर्जना गर्न मिल्दैन ।

हामीकहाँ हिजोआज 'भाइरल' शब्द निकै चर्चित छ । सिनेमा, मिडिया, राजनीति, औपचारिक, अनौपचारिक, गाउँ, शहर, कुनैपनि क्षेत्र, पेशा, ब्यवसाय, लिङ्ग, वर्ग यसबाट टाढा छैन । भाइरल हुने होडमा मानिसहरू हिजोआज आफूलाई मनमा लागेको कुरा बोल्न छोडेर त्यस्ता कुराहरूमा बढी जोड दिन थाले जुन कुराले अरुलाई अरुलाई असर या प्रभाव पार्छ । आफूले बोलेका शब्दहरूमा अरुले कमेन्ट गरुन् भनेर अरुको ध्यान तान्ने उद्देश्यले बोलिएका शब्दहरूमा वास्तविकता भन्दा बढी 'होहाल्ला' हुने गरेको छ । इन्टरनेटको माध्यमबाट थारै समयमा धेरै पाठक तथा दर्शकसम्म पुग्नु भाइरल हुनु हो । इन्टरनेट प्रयोगकर्ताको दुनिँयामा अहिले भाइरल हुने र बनाउने दुईथरी समूह देखिन्छन् । एकथरी के गर्दा आफू भाइरल भइन्छ भनेर सोहीअनुरुपका तस्बिर, भनाइ तथा लेखाइहरू पस्किने र अर्कोथरी अरुले लेखेका, बोलेका कुराहरूलाई घुमाइफिराइ जोडजाम गरेर सम्बन्धित ब्यक्तिलाई गलत प्रमाणित गर्ने उद्देश्यले आफ्नो टिप्पणीसहित सामाजिक सञ्जालमा राखिदिने । अनि उसले उसलाई उसले उसलाई गर्दै त्यस्ता सामाग्रीहरू सामाजिक सञ्जाल, इमेल वा म्यासेज सेयरिङबाट धेरैजना समक्ष पुर्‍याउने । कुनैपनि सामाग्री इन्टरनेटमा एकै पटक धेरैले हेर्नु, पढ्नु, सुन्नु भाइरल हुनु हो । सकारात्मक, नकारात्मक दुवै सामाग्रीहरू भाइरल हुन सक्छन् ।

खासमा भाइरलको पृष्ठभूमि 'हल्ला' हो । जतिबेला मिडिया थिएन, मुखैले कति कुराहरू यताबाट उता, उताबाट यता, एउटा गाउँबाट अर्को गाउँ पुग्ने गर्थे, पुर्‍याउने गरिन्थ्यो । राम्रा कुराको चर्चा मानिसहरू कमै गर्ने गर्छन् त्यसैले परापूर्वकालदेखि नै राम्राभन्दा नराम्रा कुराहरू चाँडै फैलिन्थे । फलानाले फलानीलाई गर्भवती बनाएर भाग्यो रे' फलानाकी छोरी फलानासँग गइ रे'त्यहाँ त यस्तो भयो रे' शुक्रबारको ब्रत लिएन भने छोरा छोरी मर्छन् रे' यस प्रकारका हल्लाहरू प्रायः सबै गाउँघरमा चल्थे, चलाइन्थे । हल्लामा भए, नभएका सबै कुराहरू हुन्थे । सकरात्मकभन्दा नकरात्मक कुराको चर्चा हिजोपनि बढी नै हुनेगर्थ्यो । कसैका छोराछोरीले तरक्की गरे रे भन्ने भन्दा बिग्रिए, खत्तम भए भन्ने कुरा नै बढी चर्चाको विषय हुने गर्थ्यो । अहिले पनि नराम्रा कुराकै हल्ला चाँडो फैलिन्छ, फैलाइन्छ । त्यसैले 'भाइरल' शब्द नेपालीका लागि नयाँ भए पनि ब्यवहार भने नयाँ नभइ परिमार्जित मात्र हो । पहिला ती कुराहरू एकपछि अर्को ब्यक्ति-ब्यक्तिमा सीमित हुने गर्थे भने अहिले इन्टरनेटको प्रयोग गरी सोसियल मिडियामार्फत फैलिने गरेको छ, फैलाइ ने गरिएको छ ।

एकैपल्ट बनिबनाउ रूपमा परिपक्व सोच कसैको पनि हुँदैन । काम गर्दै जाँदा कतिपय कुरा जानिन्छ, कतिपय कुरा पढेर र कतिपय कुरा आफूलाई परेर जानिन्छ । अवधारणा र धारणाहरू परिवर्तन हुन्छन्, हेर्ने दृष्टिकोण बदलिन्छ, सोचहरू सधैं एकनास रहँदैनन् ।

खासमा कुनै मानिस केका लागि भाइरल हुने ? केका लागि कसैलाई भाइरल बनाउने ? त्यसले समाजलाई के योगदान गर्छ ? ब्यक्ति स्वयम्लाई के हुन्छ ? मनोवैज्ञानिक त्रासबाट गुज्रिन्छ या सकरात्मक प्रभाव पर्छ ? कुनै सामाग्रीलाई भाइरल बनाउनुअघि हामीले सोच्नु आवश्यक छ । अहिले भाइरल बन्नका लागि युटुबमा बोल्नेहरूको तँछाड मछाड देखिन्छ । मानिसले समाजमा आफ्नो छवी बनाउनका लागि वर्षौं लगाएको हुन्छ, कपाल फुलाएको हुन्छ । कसैलाई केमा चित्त बुझ्दैन युटुबमा उक्त ब्यक्तिको बारेमा मनपरी बोलिरहेको हुन्छ । विषय, प्रसङ्ग अनेक हुनसक्छन्, तर यो अहिलेको हाम्रो दुःखद वास्तविकता हो । विभिन्न अभियानकर्ताको नाममा हामीकहाँ जसले जसलाई जे आक्षेप लगाए पनि हुने संस्कृति स्थापित हुँदैछ । बेथिति रोक्ने नाममा कसैलाई अपमान गरेर अर्को बेथिति सिर्जना गर्न मिल्दैन । कसैको नाम नै लिएर युटुब या कुनै पनि माध्यमबाट सार्वजनिक रूपमा गालीगलौज गर्न मिल्छ कि मिल्दैन ? हाम्रो कानूनले भन्छ, त्यसो गर्न मिल्दैन ।

हामीकहाँ ब्यक्तिको गोपनियताको हकसम्बन्धी कानून छ । विसं २०७५ सालदेखि लागु भएको उक्त कानूनअनुसार, 'कसैले कुनै पनि व्यक्तिको निजी जीवनमा असर पर्ने, आघात पुग्ने वा बेइज्जत हुने गरी त्यस्तो व्यक्तिसँग सम्बन्धित उपदफा (३) बमोजिमका कुनै पनि विषय लेखेर, बोलेर, प्रकाशन गरेर वा विद्युतीय माध्यम प्रयोग गरेर वा अन्य कुनै पनि प्रकारले सार्वजनिक गर्नु वा गराउनु हुँदैन ।' यसमा चरित्रसम्बन्धी गोपनियताको पनि कानूनी ब्यवस्था छ । भनिएको छ, 'कुनै व्यक्तिको चरित्र, आचरण वा व्यवहारको सम्बन्धमा कुनै प्रश्न उठेमा त्यस सम्बन्धमा छानबिन गरी कानूनबमोजिम कारबाही गर्ने क्रममा बाहेक निजको चरित्रको सम्बन्धमा कसैले कुनै टिप्पणी गर्न हुँदैन । कसैले कुनै पनि व्यक्तिको चरित्रमा आघात पार्ने वा निजको बेइज्जती वा अपमान हुनेगरी कुनै पनि प्रकारको काम कारबाही गर्न वा निजको आचरण वा व्यवहारसम्बन्धी कुनै पनि कुरा सार्वजनिक गर्न वा गराउन हुँदैन ।' यस्ता अपराधमा कानूनले ३ वर्षसम्म कैद या ३० हजारसम्म जरिवानाको ब्यवस्था गरेको छ ।

अहिले झट्ट हेर्दा कस्तो जमाना आयो.. जसले जसलाई जे भने पनि भयो भनेजस्तो लागे पनि कसैलाई पनि अपमानजनक भाषा प्रयोग गर्न पाइँदैन । बेइज्जतीलाई हाम्रो कानूनले अपराध मानेको छ । मुलुकी अपराधसंहिता २०७४ को दफा ३०७ मा बेइज्जती गरेमा सजाय तोकिएको छ । जसमा कसैले कसैको बेइज्जती गरेमा या गराएमा निजलाई २ वर्षसम्म कैद वा २० हजार रुपैयाँ जरिवाना वा दुवै हुने ब्यवस्था छ । तर विद्युतीय वा अन्य आमसञ्चारका माध्यमबाट बेइज्जती गरे वा गराएमा त्यस्तो सजायमा थप १ वर्षसम्म कैद र १० हजार रुपैयाँ सजाय हुनेछ । उजुरी गर्ने हदम्याद सम्बन्धित ब्यक्तिले थाहा पाएको तीन महिनाभित्र रहेको छ ।

नराम्रा कुराकै हल्ला चाँडो फैलिन्छ, फैलाइन्छ । त्यसैले 'भाइरल' शब्द नेपालीका लागि नयाँ भए पनि ब्यवहार भने नयाँ नभइ परिमार्जित मात्र हो ।

विगतमा बोलिएका कतिपय कुराहरूलाई लिएर मानिस कुनै ओहदामा पुगेपछि खोजी-खोजी भाइरल बनाउने गरिएको छ । मानिसको बुझ्ने क्षमता र बुझाइमा परिपक्वता आउनका लागि अनुभव चाहिन्छ । एकैपल्ट बनिबनाउ रूपमा परिपक्व सोच कसैको पनि हुँदैन । काम गर्दै जाँदा कतिपय कुरा जानिन्छ, कतिपय कुरा पढेर र कतिपय कुरा आफूलाई परेर जानिन्छ । अवधारणा र धारणाहरू परिवर्तन हुन्छन्, हेर्ने दृष्टिकोण बदलिन्छ, सोचहरू सधैं एकनास रहँदैनन् । कतिपय अवस्थामा अगाडि र पछाडिका शब्दहरू काटेर भनाइलाई विवादास्पद बनाउने गरिएको छ । अरुलाई विवादमा ल्याएर मज्जा मान्नेहरूको सङ्ख्या प्रशस्त छ । एक जनाले पोष्ट गर्न पाएको छैन, ल'हेर' भन्दै सेयर गर्न हामीलाई हतार हुन्छ । खासमा यस्तो कसरी भयो या के भएको थियो होला' भनेर हामी त्यसको खोजी गर्दैनौं । कतिपय मानिसहरू चाहिँ आफू चर्चित हुनकै लागि विभिन्न प्रकारका पोष्टहरू गरिरहेका हुन्छन्, प्रश्नहरू तेर्स्याइरहेका हुन्छन् । आफू भाइरल हुन बोलीले मात्र नपुगेर शारिरीक हाउभाउ गर्ने चलन पनि हिजोआज बढ्दो छ । चर्चित हुनु र लोकप्रिय हुनु फरक कुरा हो ।

सामाजिक सञ्जालले हामीलाई आफ्नो प्रवृत्ति उजागर गर्ने राम्रो अवसर दिएको छ । तपाईं कस्तो मूल्य मान्यता राख्नुहुन्छ ? विभिन्न विषयलाई हेर्ने दृष्टिकोण कस्तो छ ? सामाजिक सञ्जालका कारण हामीले आफ्ना विचारहरू क्षणभरमै विश्वब्यापी गर्न पाएका छौं । इन्टरनेट र सामाजिक संजालका राम्रा पक्ष र यिनले ल्याएका अवसरहरू धेरै छन् । तर हिजोआज मनै झसङ्ग बनाउने अभिब्यक्ति पनि त्यत्तिकै आउन थालेका छन् । आफ्नो नाम नराखी लेख्न मिल्ने सामाजिक सञ्जालमा त झनै लेख्न नमिल्ने धेरै कुराहरू लेखेको देखिन्छ । कहिलेकाहीँ त आफ्नो परिचय नखुल्ने हो भने मानिसले जे पनि गर्ने रहेछ जस्तो पनि लाग्छ । कुनै पनि कुरामा अभिब्यक्ति दिनुअघि आफूले बोलेको कुराले के असर या प्रभाव पार्छ भन्ने बारेमा आफूले आफैलाई प्रश्न गर्नु आवश्यक छ । संविधानले हामीलाई अभिब्यक्तिको स्वतन्त्रा दिएको छ तर अभिब्यक्तिको नाममा हामी घृणास्पद अभिब्यक्ति पो दिइरहेका छौं कि ? सोच्नु जरुरी छ । अभिब्यक्ति स्वतन्त्रता अधिकार हो घृणास्पद अभिब्यक्ति अपराध हो । अधिकार र अपराधबीचको ठुलो अन्तरलाई छुट्याएर हेरौं, भाइरल बन्नु या बनाउनु अघि सोचौं ।

झुलेनी पोष्ट साप्ताहिक
समाचार, सूचना, विचार र विज्ञापन प्रकाशनका लागि हामिलाई सम्पर्क : ०८६-५९०४३६

गाउँपालिकाबासीलाई अनुरोध

- लैङ्गिक समानता बोलेर वा लेखेर मात्र प्राप्त हुँदैन।
- परिणाम प्राप्तिका लागि प्रत्येक व्यक्तिले व्यवहारिक सुरुवात आफैबाट गर्नुपर्दछ।
- परिवर्तनको प्रारम्भ आफ्नै घरबाट गरौ।

अनुरोधक
ऐरावती गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय, बरौला प्यूठान

के तपाई घर बनाउँदै हुनुहुन्छ? आफ्नो घर अरूको भन्दा फरक र आकर्षक होस् भन्ने चाहाना राख्नु भएको छ ?

त्यसो हो भने हामीलाई सम्झनुहोस् । अब प्यूठानमा पहिलोपटक आकर्षक तथा उत्कृष्ट कोरियन यू.पि.भि.सि. प्रविधिका गुणस्तरिय इ्याल, पार्टेसन र ढोकाहरू हामीले लिएर आएका छौं ।

साथै घर तथा अफिस सजावटका सम्पूर्ण फर्निचर तथा फर्निसिङ सामग्री आवश्यक परेमा हामीलाई सम्झनुहोस् ।

प्रो. प्रभात के.सी. ९८५७८३३९८१/९८४७८२१९८०

एसियन यू.पि.भि.सि. एण्ड सप्लायर्स
प्यूठान नगरपालिका ४ जुम्री बजार प्यूठान

गजल

टोलाएर बस्छु एकान्तमा तिम्रो याद आउँदा खेरी ।
आफैंलाई भुलिदिन्छु म तिम्रो साथ पाउँदा खेरी ।

मेरो दुःखव्पीडा कहिले पनि नसम्झनु तिमीले,
आफ्नो खुसीमा खुसियाली मानेर रमाउदा खेरी ।

भाग्यमा नै यति लेखेको रहेछ भनेर चित्त बुझौंला,
पराईले तिमीलाई मेरो साथबाट खोसाउदा खेरी ।

मन मुटुमा श्री पनि बसेको थियो भनेर सम्झनु,
तिमीले अरु कसैलाई मन मुटुमा सजाउदा खेरी ।

आज निष्ठुरी बनेर तिमीले मलाई भुलेर गए पनि,
मलाई सम्झेर रुनेछौं सबैले एक्लो बनाउँदा खेरी ।

श्री लिम्बू 'प्रयासी'
मिक्लाजुङ -६ पाचथर

मुक्तक

मुक्तक १
यस्तो होला हरियाली वारिपारि सोच्दै सोचिएन।
यसरी होला हजुरको सवारी सोच्दै सोचिएन।
देशमा रोजगारी पाउन पढाईमा गरेको लगानी,
यसरी भइएला दिनहु बेरोजगारी सोच्दै सोचिएन।

मुक्तक २
कस्तो चल्दैछ जीवन भनेर बोलाई छुट्ने बेलामा।
बिगतमा बिताएका पलहरू सम्झाई छुट्ने बेलामा।
पहिले पहिले भन्थी जीवन भर तिम्रो साथमा हुनेछु,
अहिले आफ्नो सिन्दुरको परिचय गराई छुट्ने बेलामा।

मुक्तक ३
निश्चल मन अनि चोखो माया खास भएपछि।
सम्बन्ध रहन्छ हामी दुईको विस्वास भएपछि।
जीवनमा आएका हरेक बाधाहरु पार गर्न सकिन्छ,
तिम्रो मायाले भरिपूर्ण दिलमा मेरो बास भएपछि।

नर बहादुर बुढाथोकी
सानीभेरी ११ बगर
रूकुम पश्चिम, हाल दैलेख

गजल

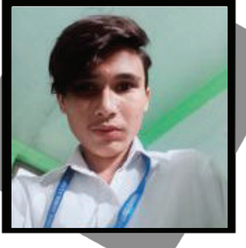
हो उसले राम्रो काम गर्यो र सम्मान गरेको हुँ ।
मैलत यो दुर्गम वस्तिको पिडा उठान गरेको हुँ ।

हेर्नुस् नाबालक थिए पराइले भनेकै भरमा मैले,
आफ्नै दाजुभाइ सङ्ग पनि हानाहान गरेको हुँ ।

यो, समाजमा मान्छेले मान्छे नगने पछि हेर्नुस,
सबै सङ्ग बसि छलफल गरि एक बिधान गरेको हुँ ।

पानी छोएकै कारण बाउलाई गाउँ निकाला गरेपछी,
हो मैले जातीय भेदभाव हटाउन अभियान गरेको हुँ ।

आज उसैले मलाई खुट्टा तानी लाडाई दियो,
जस्लाइ हिजो आफ्नै ठानी चिनजान गरेको हुँ ।



अनमोल आासु
बैतडी पुर्चौंडी हाल महेन्द्रनगर

गजल

तिमी छौ र त यो शहर सुन्दर लाग्छ ।
तिमी छौ र त त्यो घर मन्दिर लाग्छ ।

लाग्दैन केही पनि ठुलो यो दुनियाँमा,
तिम्रो माया सगरमाथाको शिर लाग्छ ।

मन तिम्रो उद्दार र उच्च सोचको धनी,
सुन्दर र स्वास्थ्य तिम्रो शरीर लाग्छ ।

के के लाग्छ सक्दैन भन्न कि तिमीलाई,
माया भने तिम्रो कसम गम्भीर लाग्छ ।

सधैं साथ पाइरहु जिन्दगीको सफरमा,
सम्मो बाटो पनि अप्ठ्यारो भिर लाग्छ ।

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

गजल

छाड्न थालेको हुँ जागिर कमजोर भएपछि।
लाग्न थाल्यो मनमा पीर कमजोर भएपछि।

जस्तोसुकै अप्ठ्यारो पनि सजिलो लाग्थ्यो,
अप्ठ्यारो नै लाग्यो भिर कमजोर भएपछि।

दुनिया मेरै पछि दौदिन्थे पहिले पहिले त,
छाड्न थाले सब शरिर कमजोर भएपछि।

अझै पनि हिम्मत जुटाउन त खोज्छु तर,
के नै लाग्यो र आखिर कमजोर भएपछि।

एकछिन बस्दा छटपटाहत हुन्थ्यो मलाई,
शरिर पनि हुनेरैछ स्थिर कमजोर भएपछि।

लक्ष्मी मगर संघर्ष
नौबहिनी ५ डाम्री, प्यूठान

कविताः अधुरो प्रेम

खुसीहरुको
धर्सामा अल्झेर
चोटहरूमा
समर्पण हुन पुगेपछि।

जिवन प्रतिको
मोहलाई मनबाट
निकालेर फ्याके।

प्रेम महसुस
भएलगत्तै तिमि प्रति
मेरो लगाब हुन लाग्यो।

यो मनको
भावनाहरू तिम्रो सामु
छर्लङ्ग पार्दा, प्रस्ताव
अस्विकार आएपछि।

प्रेम प्रति को आशय पत्र
मन बाट च्यातेर जलाए

पि.आर. मगर
प्युठान नगरपालिका -५ जुम्रीकाँडा
प्युठान, हाल मलेसिया

आज भोली जिवनमा
नसाको मात चढेको छ
चुरोटको धुवाँ संगै
उडाई दिन्छु तिम्रो यादहरु।

रोचक/प्रेरक प्रसङ्ग

एलियन जस्तै हुनेछ अन्तरिक्षमा जन्मिने पहिलो बच्चा, टाउको ठूलो र शरीर पारदर्शी

वैज्ञानिकहरुले वर्षौंदेखि पृथ्वी बाहेकका अन्य ग्रहहरुमा पनि जीवनको खोजी गरिरहेका छन् । विश्वका सर्वाधिक धनी व्यक्ति एलन मस्कले त सन् २०५० सम्ममा मंगल ग्रहमा मानव वस्ती बसाउने घोषणा नै गरिसकेका छन् । अमेरिकी अन्तरिक्ष संस्था नासा लगायतका विभिन्न संस्थाहरुले पनि यस विषयमा चर्चा गर्ने गर्दछन् । तर पृथ्वी बाहेकका ग्रहमा वस्ती बसाल्ने कुरा तबमात्र सम्भव होला जब अन्तरिक्षमा पनि मानिसको जन्म हुन सक्नेछ ।

के शून्य गुरुत्वाकर्षण क्षेत्रमा बच्चा जन्मिने कुरा सम्भव होला त ? यदि बच्चा जन्मियो भने के आमा र बच्चाको जीवन सुरक्षित होला त ? अनि अन्तरिक्षमा जन्मिने बच्चामा विकिरणले कस्तो असर पार्ला ? वास्तवमा सन् २००० यता अहिलेसम्म अन्तरिक्षमा लगातार मानिसको आवतजावत भैरहेको छ । यो पूरै समयमा कुनै न कुनै देशका एक न एक जना अन्तरिक्षयात्री अन्तरिक्षमा रहेकै छन् । यसबाट के प्रष्ट हुन्छ भने अन्तरिक्षमा जाने कुरा खासै कठीन होइन । तर अन्तरिक्षमा आवतजावत बाक्लै भएपनि त्यहाँ बच्चा जन्माउन सम्भव हुन्छ कि हुँदैन भन्ने कुरा अझै रहस्यकै गर्भमा छ ।

अन्तरिक्षमा महिला र पुरुषबीच यौनसम्पर्क हुन सक्दछ र त्यसबाट महिला अन्तरिक्षयात्री गर्भवती हुन पनि सम्भव हुन्छ । तर अन्तरिक्षको विषम वातावरणले महिलाको गर्भमा रहेको भ्रूणमा ठूलो असर पार्न सक्दछ । त्यसैले बच्चाको गर्भमै वा जन्मकै क्रममा पनि मृत्यु हुन सक्दछ ।

सायद त्यही सम्भावनालाई मध्यनजर गर्दै अमेरिकी अन्तरिक्ष संस्था नासाको आधिकारिक नीति अनुसार अन्तरिक्षमा यौन सम्बन्ध कायम गर्न मनाही छ । कानूनी रुपमा यस्तो प्रावधान हुँदाहुँदै पनि यदि महिला र पुरुषबीच अन्तरिक्षमा संसर्ग भयो र महिला गर्भवती भइन् भने केके समस्या आउन सक्लान् त ?

मुसामा गरिएको छ परीक्षण

वैज्ञानिकले अन्तरिक्षमा गर्भधारणका विषयमा अनुसन्धान गर्नुअघि विकिरणले शुक्रकिटमा पार्ने असरका बारेमा परीक्षण गर्ने कोसिस गरे । इन्टरनेसनल स्पेस स्टेशनमा मुसाको फ्रिज गरिएको शुक्रकिट लगियो र ६ वर्षपछि पृथ्वीमा फिर्ता ल्याएर त्यसबाट पोथी मुसामा गर्भाधान गराइयो । त्यसरी जन्मिएका कूल १६८ वटा मुसामा जाँच गर्दा उनीहरु कसैमा पनि विकिरणको असर परेको देखिएन । यो अनुसन्धान सम्बन्धी शोधपत्र गत वर्ष साइन्स एडभान्सेज जर्नलमा प्रकाशित भएको थियो ।

यो परीक्षणले अन्तरिक्षमा कस्मिक विकिरणको असर मुसाको शुक्रकिटमा नपर्ने देखाएको छ । तर यतिमात्र तथ्यले अन्तरिक्षमा जन्मको सम्भावनालाई देखाउँदैन ।

शून्य गुरुत्वाकर्षणको असर

अन्तरिक्षयात्रीको हड्डीको घनत्व तीव्र रुपमा घट्ने गर्दछ अर्थात् अन्तरिक्षमा रहँदा मानिसको हड्डी कमजोर हुन्छ । यो प्रक्रिया यति तीव्र हुन्छ कि अन्तरिक्षमा ६ महिनासम्म बस्दा हड्डीको घनत्व १२ प्रतिशत सम्म घट्दछ । यस्तोमा गर्भावस्थाका बेला महिलाको पेल्भिक फ्लोरमा भ्रुणको दबाव बढ्दा गर्भवतीका हड्डीहरु भाँचिने जोखिम हुन्छ अर्थात् आन्तरिक रक्तश्राव हुनसक्दछ । पेल्भिक फ्लोर शरीरको त्यो हिस्सा हो जसमा पाठेघर, योनी, मलद्वार तथा मुत्रथैली लगायतका अंगहरु सामेल हुन्छन् ।

अन्तरिक्षमा जन्मिने बच्चा कस्तो ?

यदि माथि उल्लेखित जोखिम समेत झेल्दै अन्तरिक्षमा बच्चा जन्मिहाल्यो भने पनि कस्तो होला त ? वास्तवमा अन्तरिक्षमा जन्मिने बच्चा पृथ्वीमा जन्मिने बच्चाभन्दा निकै फरक हुने अधिक सम्भावना हुन्छ । गुरुत्वाकर्षणको अभावमा हुने भ्रुणको विकासले बच्चाको शरीर नितान्त फरक हुनसक्दछ । खासगरी त्यस्तो बच्चाको टाउको निकै ठूलो हुनसक्छ । अझ अन्तरिक्षमा लगातार बच्चा जन्मिन थाल्दा र आमाको योनीद्वारको साटो शल्यक्रियाबाट बच्चा जन्माइँदा टाउकोको आकार कालान्तरमा ठूलो हुदै जानेछ । उसो त गुरुत्वाकर्षण विना नर्मल डेलिभरी सम्भव हुँदैन र शल्यक्रिया नै एकमात्र विकल्प बन्दछ ।

शिशुको छालामा असर

पृथ्वीमा सूर्यको पराबैजनी किरणबाट बँच्नको लागि हाम्रो छालामा मेलानिन तत्व हुन्छ । जसको कारण हाम्रो छालाको रंग गाढा वा फिक्का हुन्छ । तर अन्तरिक्षमा चाहिँ कस्मिक विकिरणबाट बँच्नका लागि गर्भवतीलाई यानभित्र राख्नुपर्ने हुन्छ । त्यसैले अन्तरिक्षमा जन्मिने बच्चाको शरीरको छालामा मेलानिन हुनेछैन र छालाको रङ निकै फिक्का हुनेछ ।

यो पनि हुनसक्दछ कि अन्तरिक्षमा जन्मिएको शिशु पृथ्वीको बच्चाभन्दा पूर्णरुपमा फरक अर्थात् एलियन जस्तै देखिन सक्दछ । त्यसपछि एक अर्को समस्या आउनेछ कि के त्यो बच्चा पृथ्वीमा आएर बाँच्न सक्दछ त ? यी यावत् कुराहरुलाई विचार गर्दा वैज्ञानिकहरुले अन्तरिक्षमा शिशुको जन्मका लागि मानिसको डिएनएमै परिवर्तन गर्नु आवश्यक हुनसक्ने बताउँछन् ।

पोल्याण्डका वैज्ञानिकहरुले यस विषयमा अनुसन्धान पनि सुरु गरिसकेका छन् जसको पहिलो शोधपत्र बायोलोजिकल एण्ड सोसल च्यालेन्जेज अफ ह्युमन रिप्रोडक्सन इन लंग टर्म मार्स बेस शीर्षकमा साइन्स डाइरेक्ट जर्नलमा छापिएको छ ।

अध्ययनमा संलग्न युनिभर्सिटी अफ आइटी एण्ड म्यानेजमेन्टका शोधकर्ताका अनुसार मंगल ग्रहमा मानव वस्ती तबमात्र सम्भव हुन्छ जब हाम्रो डिएनए पनि त्यस अनुकूल हुन्छ अनि हामीमाथि विकिरणको असर कम भन्दा कम पर्दछ । वास्तवमा अन्तरिक्षको विकिरण यतिधेरै खतरनाक हुन्छ कि तालीमप्राप्त अन्तरिक्षयात्रीहरु पूर्णरुपमा सुरक्षित वातावरणमा रहँदा समेत यसको असरबाट बँच्न सक्दैनन् । यस्तोमा अन्तरिक्षमा गर्भमा रहेको भ्रूण सुरक्षित रहनु र जन्म पश्चात् स्वस्थ रहने कुरा कम्तिमा अहिलेका लागि असम्भव देखिन्छ ।

एजेन्सीको सहयोगमा

नगरपालिकावासिलाई अनुरोध

शौचालयको प्रयोग गरौं, संक्रमणबाट जोगिऔं ।

खुल्ला स्थानमा दिसापिसाब नगरौं। शौचालयमा मात्र दिसापिसाब गरौं। दिसापिसाब गरिसकेपछि साबुनपानीले मिचिमिची हात धोऔं। हत्केला पछाडि, औंलाको बीच, नङलगायत हातका सबै भागमा कम्तिमा २० सेकेण्डसम्म राम्रोसँग साबुन लगाएर सफा पानीले हात धोऔं। सफा कपडा वा तौलियाले हात पुछौं।

जीवाणुलगायतको संक्रमणबाट आफू पनि बचौं, अरुलाई पनि बचाऔं।

अनुरोधक : स्वर्गद्वारी नगरपालिका भिंग्री, प्यूठान

पर्यटनबाट प्यूठानलाई समृद्ध बनाउन सकिने

झुलेनी पोष्ट
प्यूठान

पर्यटनको हिसाले प्यूठान धेरै सम्भावन भएको जिल्ला रहेको एक कार्यक्रममा बोल्ने बक्ताहरुले बताएका छन् । शुक्रबार पर्यटन ग्रामिण तथा शहरी बिकास मन्त्रालय लुम्बिनी प्रदेश, पर्यटन विकास परिषदको आयोजना तथा प्यूठान उद्योग बाणिज्य संघको सहआयोजनामा भएको एक दिने गोष्ठिमा बोल्ने बक्ताहरुले यस्तो बताएका हुन् । प्यूठान नगरपालिका नयाँबजार स्थित होटेल आयुष्मामा भएको कार्यक्रममा प्यूठान जिल्ला पर्यटनको हिसावले निकै राम्रो रहेको जिल्ला समन्वय समिति प्यूठानका प्रमुख धरम बहादुर जि.सी ले बताए । पर्यटनलाई व्यवस्थि गर्न सबै सरोकारवाला निकायको सहयोग अपरिहार्य रहेको उनको भनाइ थियो ।

प्रमुख जिल्ला अधिकारी सुनिता नेपालले प्यूठान जिल्लाको लागि कार्यक्रम अवसर भएको बताइन । जिल्लाको मुख्य पर्यटकीय गन्तब्य स्वर्गद्धारीले जिल्लाको पर्यटकीय क्षेत्रमा टेवा नपुत्याउने भएकाले अन्य लुकेर रहेका वा ओभेmलमा परेका पर्यटकीय क्षेत्रहरुको प्रचार प्रचार हुनुपर्ने उनले बताइन । जिल्लामा धेरै पर्यटकीय क्षेत्र रहेर पनि सूचनाको अभावले गर्दा कैयौ क्षेत्र पछि परेको समेत उनले बताईन् । गोष्ठि कार्यक्रममा छलफल गर्ने क्रममा बोल्ने बक्ताहरुले प्रचुर मात्रामा डिजिटल मिडिया, पर्यटन सम्बन्धि व्यवसायीलाई प्रोत्साहन गर्ने तथा यी यस्ता कार्यक्रमहरु कहिलेकाही मात्र नभइ निरन्तररुपमा रहेमा पर्यटन बिकासमा सहयोग पुग्ने बताएका थिए ।

पर्यटन बिकास परिषद लुम्बिनी प्रदेशका कार्यकारी निर्देशक रामु जोशीले कार्यक्रमको औचित्य माथि प्रकास पारेका थिए । उनले पहिलो चरणमा लुम्बिनी प्रदेशको १२ वटै जिल्लामा यस्ता कार्यक्रमहरु हुने बताए । साथै यो कार्यक्रमले निजी क्षेत्रको सहभागिता बनाउने, राष्ट्रिय क्षेत्रहरुको माहोल बनाउने, होटलहरुको क्षमता बिकास गराईदिने, प्रदेशलाई आकर्षक पर्यटन केन्द्र बनाउने र मेलामहोत्सवका कार्यक्रमलाई प्रवद्धन गर्ने बताएका छन् । कार्यक्रमको अध्यक्ष समेत रहेका प्यूठान उद्योग बाणिज्य संघका अध्यक्ष पशुपति नकर्मीले आगामी दिनमा पनि यस्ता कार्यक्रमहरु निरन्तर हुनुपर्ने बताए । कार्यक्रममा जिल्लाका स्थानीय तहका प्रमुख, उपप्रमुख, लयागय अन्य सरोकारवालाहरुले मन्तव्य राखेका थिए ।

मच्छिमा निशुल्क स्वास्थ्य शिविर सञ्चालन

झुलेनी पोष्ट
प्यूठान

झिमरुक गाउँपालिका प्यूठानले आजदेखी भोलिसम्म दुई दिन निशुल्क स्वास्थ्य शिविर सुरु गरेको छ । स्वास्थ्य निर्देशनालय बुटवल रुपन्देहीको आयोजना तथा झिमरुक गाउँपालिकाको सहयोग तथा समन्वयमा पौष ९ देखी १० गतेसम्म गौमुखी क्याम्पस मच्छिमा निशुल्क स्वास्थ्य शिविर सञ्चालन सुरु गरेको हो । गाउँपालिकाले शिविरमा नाक, कान, घाँटी विशेषज्ञ सेवा, स्त्री रोग सम्बन्धि सेवा, छाला रोग सम्बन्धि सेवा, जनरल रोग (फिजिसियन) का साथै अन्य रोगहरुको पनि सेवा दिन लागेको हो ।

पहिलो दिन मै ४८६ जनाले सेवा लिन नाम दर्ता हुन् । जसमा महिला तथा स्त्री रोग भएका ६६,ल्याब ६८, नाक,कान,घाटी सम्बन्धि १३८,सामान्य उपचार १२९, छाला ८५, गरि ४८६ जनाले सेवा लिएको गाउँपालिका उपाध्यक्ष प्रमोद पोखेलले दिए । ती मध्ये पाठेघर खसेका ६, तल्लो पेट दुख्ने ६० र सुगर भएका ६ रहेका छन् । साथै रोगिहरुको समस्या पहिचान गरेर आर्थिक रुपमा कमजोर भएकाहरुलाई पालिकाले सहयोग गर्ने बताएका हुन् ।

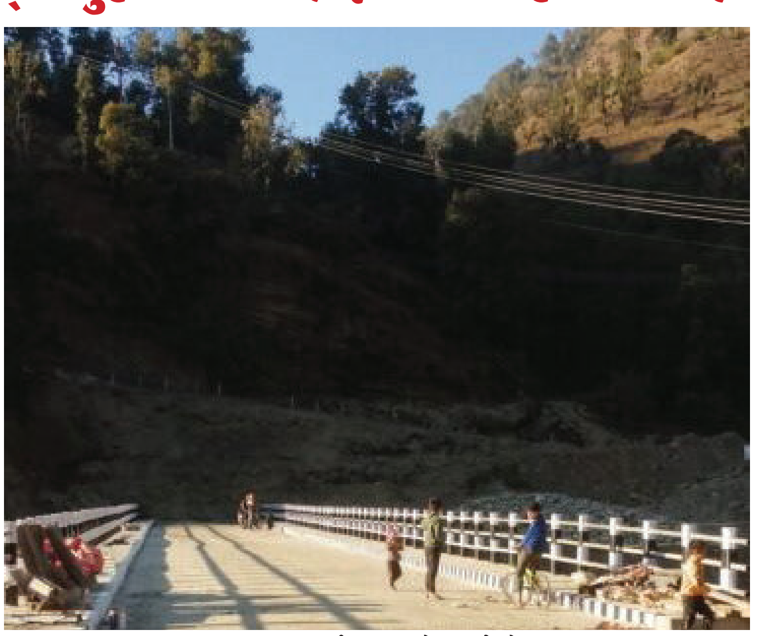
जिल्ला समन्वय समिती प्रमुख धरम बहादुर जि.सीले शिविरको उद्घाटन गर्दै गाउँपालिकाले गरेको यस्तो काम सर्हानिय भएको उल्लेख गरे । गाउँमै यस्तो सुविधा दिए स्थानीयले सहज रुपमा सेवा लिन पाउने भन्दै स्वास्थ्य जस्तो संवेदनशिल कामलाई अगाडी सारेका भन्दै कार्यक्रमको प्रमुख अतिथि समेत रहेका जि.सी ले धन्यवाद व्यक्त गरे ।

ठूलाबेसी पुँजा जोड्ने पुल बनेपछि स्थानीय लाभान्वित

झुलेनी पोष्ट
प्यूठान

प्यूठानको गौमुखी गाउँपालिका ५ ठूलाबेसी र ४ नं वडा पुँजा जोडने पक्कि पुल संचालनमा आएको छ । पुलको लागि ठेक्का लागेको दुई बर्ष भित्रमा यो पुल निर्माण भइसकेको हो । कहिलकतैबाट बाटो भएपनि पक्कि पुल नबन्दा वर्षाको समयमा यात्रा गर्न कठिनाई पर्थ्यो ।

त्यहाँ पक्कि पुल बनेसँगै मदाने गाउँपालिका गुल्मि, गौमुखी गाउँपालिका र नौबहिनी गाउँपालिकाका जनताहरु त्यस पुलबाट लाभान्वित हुने भएका छन् । लुम्बिनी प्रदेश सरकारको कुल साढे सात करोडको स्टिमेट भएपनि, ठेक्कामा प्रतिस्पर्धा हुँदा जम्मा पाँच करोड ६६ लाखमा ईशान कन्ट्रक्सन कम्पनी



प्यूठानद्वारा २०७७ मंसिर २१ मा निर्माण थालिएको थियो । पुलको उद्घाटन भने अभै भएको छैन् ।

छोटकरी

गाउँमै बाटो पुगेपछि स्थानीय खुसी

बिबस घर्ती मगर
झुलेनी पोष्ट, प्यूठान

सरुमारानी गाउँपालिका ४ शिरखर्कमा मोटर बाटो पुगेको छ । गत वर्षदेखी सुरु भएको मोटर बाटो यो आर्थिक वर्षमा गाउँमै पुगेको सरुमारानी गाउँपालिका ४ नं वडा अध्यक्ष चिन्त बहादुर सोमै मगरले जानकारी दिए । पहिलो आर्थिक वर्षको २ लाख ५० हजार र यो आर्थिक वर्षको २ लाख गरि जम्मा कुल लागत ३ लाख ५० हजार रुपैयाँमा मोटर बाटो पुगेको हो । १६ घरधुरीमा १५० जना जनसंख्या भएको गाउँमा मोटर बाटो पुगेपछि त्यहाँका स्थानीय खुसी भएका छन् । बाटो आएसँगै अब यहाँ उत्पादन हुने गहत, मह, अदुवा लगायतका सामानहरु बजारसम्म पुऱ्याउन सजिलो हुने र बाजरबाट चाहिने सामानहरु घरसम्म बोकेर ल्याउनु पर्ने बाध्यता पनि नरहेको स्थानीयले बताएका छन् ।

१६ घरधुरि भएको त्यो गाउँमा पहिलो आर्थिक वर्षमा नै 'एक घर एक धारा' बनिसकेको पनि अध्यक्ष मगरले जानकारी दिए । उद्घाटन कार्यक्रममा बोल्दै गाउँपालिका अध्यक्ष झग बहादुर बिश्वकर्माले पालिकाले चाल्नुपर्ने कदमहरु जनताको लागि सधैं आफु तत्पर नै रहने बताएका हुन् ।

उद्घाटन कार्यक्रमको प्रमुख अतिथि तथा गाउँपालिका अध्यक्ष बिश्वकर्माले स-साना श्रोत साधनबाट नै बाटो पुगेको बताए । बाटोका लागि कच्ची नाली बनाउदा ४७ हजारको जनश्रमदान भएको उपभोक्ता समितिका अध्यक्ष नम बहादुर सोमै मगरले जानकारी दिए । त्यस्तै वडा अध्यक्ष मगरले बाटोका समिति अध्यक्ष लगायत सम्पुर्ण उपभोक्ताहरुलाई योजना सफल पार्नमा सहयोग गरेको भन्दै धन्यवाद समेत व्यक्त गरेका थिए ।

विपद जोखिम न्युनिकरण गर्न बस्ति स्तरबाटै पूर्व तयारी गर्नुपर्नेमा जोड

झुलेनी पोष्ट
प्यूठान

जिल्ला आपतकालिन कार्य संचालन केन्द्र र स्थानीय आपतकालिन विचको समन्वय बैठक तथा छलफल बरौलामा सम्पन्न भएको छ । जिल्ला प्रशासन कार्यालय प्यूठानको आयोजना तथा ऐरावती गाउँपालिकाको समन्वयमा कार्यक्रम सम्पन्न भएको हो ।

जिल्लाका विभिन्न सरोकारवालाहरुको उपस्थीतीमा विपत जोखिम न्यूनिकरणका लागि आपतकालिन समयम जुनसुकै क्षेत्रबाट सकृयरुपमा लाग्नु पर्ने सरोकारवालाहरुले बताएका छन् ।

कार्यक्रममा जिल्लाभरका जोखिम क्षेत्रहरु पहिचान गरी बस्तीस्तरबाटै सचेतनाका कार्यक्रम संचालन गर्नु पर्ने कार्यक्रमका प्रमुख अतिथि एवम जिल्ला समन्वय समितिका प्रमुख धरम बहादुर जिसीले बताएका छन ।

साथै कार्यक्रममा बोल्दै कार्यक्रमको अध्यक्ष तथा जिल्ला प्रशासन कार्यालय प्युठानकी प्रमुख जिल्ला अधीकारी सुनीता नेपालले जस्तो सुकै परिस्थीतीमा पनि बास्तवीक पीडित तथा विपदमा परेकाहरुका लागि सबै एक्टीभ भएर जुट्नु पर्ने बताएकी छिन । साथै उनले विपत जुन सुकै समयमा पनि आउन सक्ने भएकोले टोल तथा बस्ती स्तरबाटै जनचेतना जगाउनु पर्ने बताएकी छिन् ।

ऐरावती गाउपालिकाको सभाहलमा भएको कार्यक्रममा जिल्लाका सम्पुर्ण कार्यालयका प्रमुख तथा प्रतिनिधीहरुको सहभागिता रहेको थियो ।

समाचार, सूचना, विचार र विज्ञापन प्रकाशन तथा प्रसारणका लागि हामिलाई सम्पर्क ०८६-५९०४३६
झुलेनी पोष्ट साप्ताहिक
रेडियो झुलेनी १०४.७ मेगाहर्ज

बिर्सिएका औषधिहरू

डा अरुणा उप्रेती

'अ' बाटअमिलो /चरिअमिलो, अमला

बुढापाकाहरूले यसलाई अरू घाँसपातसँगै मिसाएर गाईलाई खुवाउँछन् । यसले गर्दा दूध उत्पादन बढ्छ । युरोपतिर चरिअमिलोलाई सलादमा हालेर खाएको पनि देखिएको छ । सानो छँदा खुब भाँडा-कुटी खेलिन्थ्यो। ठुला मानिसको देखासिकी गर्दै भोज पनि हुन्थ्यो। भाँडा-कुटी खेल्दा गरिने भोजमा एउटा व्यञ्जन चरिअमिलोको पात हुन्थ्यो। त्यो पात कहिले दाल, भात, तरकारी त कहिले अचार भन्दै खाने गर्थ्यौं । त्यो बालापनले जे सिकायो त्यही गरियो तर त्यसको महत्त्व थाहा थिएन ।

अमिलो रस हुने चरिअमिलो एउटा औषधिय गुणयुक्त वनस्पति पो रहेछ। यसको वैज्ञानिक नाम भने 'अक्जालिस कोनिक्युलेटा' हो । चरिमिलो ठुलो र सानो गरी दुई खालको हुन्छ । यसमा क्यारोटिन, क्याल्सियम, अक्जेलिक अम्ल र भिटामिन 'सी' जस्ता पोषकतत्व पाइन्छन् ।

चरिअमिलोमा रहेको भिटामिन 'सी' ले शरीरमा रोगसँग लड्ने शक्ति दिन्छ। भिटामिन 'सी' शरीरले आफैं उत्पादन गर्न सक्दैन तर हरेक दिन रोगसँग लड्न आवश्यक पर्ने नयाँ कोषहरू बनाउन भने यही आवश्यक पर्छ । सानो छँदा अमला खाएर पानी पिउँदा गुलियो हुन्छ भनेर खुब अमला खाइन्थ्यो । ५० वर्षअघि २५ पैसामा पोल्टाभरि अमला आउँथ्यो । सुकेको अमलाको तितौरा साथीहरूसँग बाँडेर खाँदाको स्वाद नै बेग्लै हुन्थ्यो ।

पिरो र नुनमा मोलेको अमला खाँदा जुन स्वाद आउँथ्यो, त्यो जिब्रोमा अझै बसेको छ। मलाई याद छ, हजुरआमाले छिमेकका गर्भवती महिलालाई अमलाको तितौरा बनाएर दिनुहुन्थ्यो । बच्चा राम्रो हुन्छ भन्दै दिइने त्यो अमलाले गर्भवतीको शरीरको रोगसँग लड्ने शक्ति बढाउने हुनाले सायद हजुरआमाले त्यो उपहार दिनुभएको होला ।

मलाई खुब मन पर्ने हुनाले नाङ्लोमा सुकाएको तितौरा हजुरआमाको आँखा छलेर आफ्नो घाँगरको गोजीमा हाल्थें । हजुरआमा भने कौसीमा सुकाएको तितौरा चराले खायो भनेर फतफताउनु हुन्थ्यो। म चाहिँ मेरो चोरी पत्ता लागेन भनेर खुसी हुँदै, गोजीको अमलाको तितौराको रस लिन्थें। आयुर्वेदले अमलालाई अमृतफल भनेर सम्बोधन गरेको छ । यसको वैज्ञ । यसलाई काष्ठौषधि (बोटबिरुवाबाट बनाइने औषधि) र रसौषधि (धातु-खनिजबाट बनाइने औषधि) पनि भनिन्छ ।

सुश्रुत संहिताले अमलालाई शरीरमा भएको विभिन्न खालका दोषलाई मलका रूपमा बाहिर निकाल्न सहयोग गर्ने औषधीय गुण भएको फल भनेर चिनाएको छ ।

अमलामा प्रचुर मात्रामा भिटामिन सी, एमिनो एसिड, मिनरल र न्युट्रियन्स पाइन्छ । यसमा क्याल्सियम, फस्फोरस आइरन, क्यारोटिन, थियामिन आदि पनि पाइन्छ ।

कब्जियत रोक्नका लागि प्रयोग गरिने त्रिफलामा अमला रहेको हुन्छ, तर त्रिफलाको विज्ञापन राम्रा–राम्रा हिरो–हिरोइनले गर्दैनन् । त्यसैले त्रिफलाको महत्त्व कसैले बुझ्दैनन् । कब्जियत हटाउन महँगो औषधिहरूको प्रयोग गरेर खुसी हुने हाम्रो चलन छ । नजिकको तीर्थ हेला भनेको यही हो ।

बालेन...

देशले स्थानीय आवश्यकताअनुसार त्यो करारमा उपकरार पनि थप्छन् । जस्तो कि उच्च जनघनत्व भएको विपन्न बंगलादेशमा राज्यसित सबै नागरिकलाई शिक्षा, स्वास्थ्य र वित्तीय सेवा दिने क्षमता थिएन। त्यहाँको सरकारले गैरनाफामूलक क्षेत्रसित उपकरार गर्‍यो- ती क्षेत्रमा तिमीले लगानी गरिदेऊ, हामी नीतिगत सहजीकरण गरिदिन्छौं ।

अर्थात्, सामाजिक करारहरू विभिन्न खाले हुन सक्छन् तर ती बन्दुक र लाठीको भरमा कार्यान्वयन हुँदैनन् । त्यो करारमा बढी शक्ति र जिम्मेवारी हुने राज्यले अक्सर के बुझेको हुन्छ भने भयको आधारमा टिकेको करार बलियो हुँदैन। त्यसैले गच्छेले नपुग्ने ठाउँमा स्रोतको सापटी गरेर भए पनि राज्यले त्यो करारमा नागरिकको स्वीकृति लिने प्रयास गर्छ ।

अब हेरौं काठमाडौंको सामाजिक करार। माथिको भिडिओमा 'मेरो छोरी बिरामी छ' भनेर गिड्गिडाउने स्वरोजगार नागरिक आजका दिनमा उपचार खोज्दै सरकारी अस्पतालमा गए भने उनले के पाउँछन् ? दिनभर लाइन बसेर बिरामी जँचाउँछन्। डाक्टरले भन्छन्- अपरेसन तत्काल गर्नुपर्छ । तर थप्छन्- तपाईंको पालो चाहिँ दस महिनापछि आउँछ । तत्काल गर्न फलानो अस्पतालमा आउनु । उहाँ जाँदा अस्पताल भन्छ, खर्च दुई लाख लाग्छ ।

सामाजिक सञ्जालमा अहिले बालेनका समर्थक कराइरहेका छन्- देशभरका गरिब र भूमिहीनहरूको जिम्मा बालेनले लिनुपर्ने ? उनले काम गर्न नपाउने ? उनले सहर सुन्दर बनाउन नपाउने ? राज्यले सयौं वर्षमा समाधान गर्न नसकेको गरिबी र भूमिहीनताको समस्या बालेनले जादुमयी तरिकाले समाधान गरून् भनेर कसैले भनेको छैन । तर समस्याको समाधान नगर्नु र बल्झाउनु दुई फरक कुरा हुन् । जसरी कसैलाई आपतबाट उद्धार गर्न नसक्नु र भीरबाट खसालिदिनु दुई फरक कुरा हुन् ।

जहाँसम्म नियमको पालना गर्ने र गराउने कुरा छन्, ती नियम पनि कतै पत्थरमा कुँदिएका छैनन् । जुन राज्यले बाटोमा व्यापार नगर्नु वा नदी किनारमा सार्वजनिक जग्गा मिचेर नबस्नु भन्छ, त्यही राज्यले आधारभूत र आकस्मिक उपचारको ग्यारेन्टी गर्छु पनि भन्छ । करारको नागरिक पक्षले नियम मान्न थातथलो वा रोजगार छाडेर हिँड्नुपर्ने, राज्य पक्षले डोजर चलाए मात्र पुग्ने, अस्पताल र स्कुल चलाउनु नपर्ने, तिनमा आवश्यक क्षमता बिस्तार गर्नु नपर्ने ? करार लागू गर्न बलै प्रयोग गर्ने हो भने राज्यले मात्रै किन बल प्रयोग गर्न पाउने ?

सडक छेउमा मकै पोल्नेले सहर विरूप र कामै नलाग्ने बनाएको आरोप लगाउनेहरूलाई सायद लाग्छ- हामीले यत्रो दुःख गरेर निजी जमिन र सम्पत्ति जोड्ने, उनीहरूले सित्तैमा बाटो छेकेर व्यापार गर्दै जीविका चलाउने ? त्यसरी सोच्नेहरूलाई मेरो एउटा सुझाव छ- कृपया, एकचोटि इतिहास खोतल्नुस् त, नेपालमा जमिनमाथिको निजी स्वामित्वको कति लामो इतिहास छ ?

कुनै बेला नेपालको भूगोलभित्रको सबै जमिन 'भूपति' राजाको सम्पत्ति थियो । जमिनमा हाम्रो स्वामित्व, अपनत्व केही पनि थिएन । हामी त्यहाँ कमाएर राजाको राज्य धानिदिने श्रमिक मात्रै थियौं । त्यहाँ बढी कुत वा झारा तिर्न सक्ने अर्को मानिस आयो भने त्यहाँबाट गलहत्तिनु, कुम्लो बोकेर लेकतिर जानु र खोरिया खन्नुको विकल्प थिएन । हामी स्कुल पढ्ने बेलासम्म राजालाई भूपति मान्ने 'श्रीमान गम्भीर...' प्रत्येक बिहान चर्को स्वरमा गाउँथ्यौं । बीचमा राणाहरूले खोसेको नेपालको जमिन २००७ सालमा राजाहरूले फेरि फर्काएर लगे ।

मैले अहिले यकिन मिति भेटिनँ तर नेपालमा जमिनमाथि नागरिकहरूको स्थायी स्वामित्व हुन थालेको सम्भवतः एक शताब्दी पनि बितेको छैन । त्यसमा पनि सुरूमा र धेरै जमिन ओगट्नेहरू राणाहरू अनि दरबारबाट जागिर र बिर्ताका रूपमा जमिन पाउनेहरू हुन् । त्यस्तो वितरणमा वर्णव्यवस्था हावी भएकाले आजका दिनसम्म पनि हाम्रो जमिनको असमान स्वामित्वको प्रमुख कारण त्यो हो ।

पञ्चायतकालमा चारकोसे फाँडेर पहाडबाट सबै जातका मानिसहरू मधेश नझरेको भए हाम्रो जमिनको वितरण अहिलेभन्दा पनि निकै असमान हुने निश्चित थियो । जमिनमा स्वामित्व नभएकै कारण अमेरिकामा अश्वेतहरू पछि परेजस्तै नेपालमा पनि दलित र आदिवासीहरू पछि पर्नुको एउटा प्रमुख कारण त्यो हो । अहिले बालेनका समर्थक युवाहरूलाई लाग्छ- बालेनले 'अवैध' रूपमा राजधानी झरेर व्यापार गर्ने वा वास बस्ने 'अपराधी' हरूलाई दण्डित गरेका हुन् ।

यथार्थ के हो भने, हाम्रा बाजे-बराजुले तत्कालीन सत्ता संस्थापनसितको निकटता प्रयोग गरेर जसरी जमिनजस्ता सम्पत्ति आर्जन गरे र सीमान्तकृतहरूसित आफ्नो समृद्धिको दूरी बढाए, अहिले बालेनले गरेको त्यसैको आधुनिक संस्करण हो । हाम्रा बराजुले जमिन पाए। त्यही जमिन बाजे र बा हुँदै हामीसम्म आयो । हामीले शिक्षा पायौं। शिक्षाले रोजगार दियो । रोजगारले समृद्धि दियो। तर हाम्रै गाउँको दलित साथीका बराजुले जमिन पाएनन्, हाम्रा बराजुको सेवामा जुनी बिताए। बाजे र बाका पालामा त्यही भयो । साथीले शिक्षा पाएन, राज्यले रोजगार दिलाएन। म कमाएर छोरालाई राम्रो शिक्षा दिन बजार झरैं, ऊ कमाउने र छोरालाई जसोतसो शिक्षा दिने अवसर मिल्छ कि भन्ने आशमा सहर छिर्‍यो । मैले डेरा लिएँ वा जमिन किनेर घर बनाएँ, उसले सुकुम्बासी टोलमा छाप्रो बनायो ।

बालेन भन्छन्- ऊ नदी किनारको धरापजस्तो वासबाट पनि उठ्नुपर्छ । अनि सडक छेउको रोजगारी पनि छाड्नुपर्छ ! ऊ सोध्छः किन? बालेन जवाफ दिन्छन् लाठी र डोजरले । ताकि उसले सोध्नै नसकोस्- मेरा लागि संविधानले सुनिश्चित गरेको स्वास्थ्य र शिक्षा खै ? यस्तो सामाजिक करार कहिलेसम्म चल्छ ?

अहिलेलाई यति आशा गरौं, बालेनको जयजयकार गरिरहेका सबै जना उनकै जस्तो 'डेलिरियम' मा पुगिसकेका छैनन् । अझ ढिलो हुनुअगाडि नै उनलाई सम्झाउने छन् !

सेतोपाटी

एड्स तथा यौन रोगबाट बच्न र बचाउन

-सुरक्षित यौन सम्पर्क गरौं ।
-यौन सम्पर्क गर्दा कण्डमको प्रयोग गरौं ।
-जीवाणुरहित सुईको मात्र प्रयोग गरौं ।
-एच. आई. भि. नियमित परीक्षण गरौं ।
-यौन रोगको लक्षण देखिएमा चिकित्सकसँग परामर्श गरौं ।

स्वास्थ्य कार्यालय प्यूठान

गाउँपालिकाबासीलाई अनुरोध

- लैङ्गिक समानता बोलेर वा लेखेर मात्र प्राप्त हुँदैन।
- परिणाम प्राप्तिका लागि प्रत्येक व्यक्तिले व्यवहारिक सुरुवात आफैबाट गर्नुपर्दछ।
- परिवर्तनको प्रारम्भ आफ्नै घरबाट गरौ।

अनुरोधक : माण्डवी गाउँपालिका जस्पुर, प्यूठान

ओखर खेती अब सजिलै गर्नुहोस्

-जानकारी, भाग १

ओखर एकदमै ठुलो हुने रुख हो । यस रुख धेरै बलियो हुन्छ । यस रुखको आयु सरदर २०० बर्ष हुन्छ । ओखरको एक बयस्क रुखले १०० देखी २०० केजी सम्म फल दिन्छ । यो दुई प्रजातिको हुन्छ , प्रायः नेपालमा हाडे ओखर बनजङ्गलमा पाईन्छ । ओखरको दाते प्रजातिको ओखर चाही राम्रो हुन्छ , यसको बाहिरी भाग नरम हुने हुँदा दातले नै फुटाएर खान सकिन्छ ।

खेती प्रबिधी :

- नेपाल मा ओखरको खेती समुन्द्री सतहबाट ९०० मिटर देखी ३५०० मिटर सम्म गर्न सकिन्छ । ओखरको रुख ठुलो हुने हुँदा यसलाई ७-७ मिटरको फरकमा लगाउनु पर्छ । यो बिरुवा १ रोपनिमा १० - १५ ओटा लगाउन सकिन्छ । यस बिरुवाले ५-६ बर्ष बाट उत्पादन दिन सुरु गर्दछ ।

लगाउने विधि :

- २ फीट को खाडल खनेर मल र माटोको मिश्रण राख्ने ।त्यसपछि नया पालुवा आउन अधिको विरुवालाइ रोप्ने ।
- हिउदको समयमा पानीको राम्रो व्यवस्थापन गर्न सकिन्छ भने हिउदमा पनि राम्रो संग यसलाइ लगाउन सकिन्छ ।
- स्याहार सुसार राम्रो संग गरेर एक पटक हुर्काएको विरुवालाई हुर्किसकेपछि त्यति धेरै हेरचाह गर्नु नपर्ने ।

ओखरका फाईदाहरु :

१ . क्यान्सर रोगा सँग लड्ने क्षमताको बिकास हुन्छ ।
२ . मुटु स्व स्था राख्दछ ।
३ . शरिर मजबुत बनाउनमा मद्दत पुर्याउछ ।
४. तौल घटाउन मद्दत गर्छ ।
५. मस्तिस्कलाई तेजिलो बनाउन सहयोग पुर्याउछ ।

बजार :

- विश्व बजारमा ओखरको माग अत्याधिक छ । नेपाली बजारमा ओखर प्रती किलो ६००/७०० सम्ममा बिक्री हुन्छ । ओखर चाडै नबिग्रने हुँदा यसलाई लामो समयसम्म पनि भन्डारण गरेर राख्न सकिन्छ । यो बिरुवा धेरै बर्षसम्म बाचिरहने हुँदा पछील्लो पुस्ता सम्मको लागी पनि आम्दानिको राम्रो स्रोत बन्छ ।

च्याङ्डलर जातको ओखरको खेती प्रविधि :

- यो समुद्र सतहबाट १२ सय मिटरदेखि ३५०० मिटर उचाईसम्म खेती गर्न सकिन्छ । १० वटा च्याङ्डलर रोप्दा १ वटा फ्रेनक्विटे जातको ओखर पोलिनाइजेशनका लागि रोप्नु अनिवार्य हुन्छ । जमिनको प्रकृति हेरी पाँच मिटर लम्वाई र छ मिटरको दुरीमा रोप्न सकिन्छ । यो विरुवा रोप्नका लागि दुई फिट गोलाई र तीन फिट गहिरो खाडल खन्नुपर्ने हुन्छ । पुरानो कुहिएको कम्पोष्ट मल र माटो बराबर मिसाएर खाल्डो भर्नुपर्छ । यो लगाएको पहिलो १/२ बर्षमा नै फल्न सुरु गर्छ ।

एक रोपनीमा कम्तिमा १५ देखि १७ वोट रोप्न सकिन्छ । यो ओखर खेतीका लागि माटोको पिएच मान ५.५ पिएचदेखि ७.५ पिएच राम्रो मानिन्छ । कम्तिमा ४०० देखि १५०० घन्टा चिलिङ हावरको आवश्यकता पर्दछ । वयस्क ओखरलाई हरेक बर्ष कम्तिमा १५ देखि २० किलोग्राम मल दिनुपर्छ भने सानो वोटलाई त्यसकै अनुपातमा दिनुपर्छ । यो ओखरको दाना उच्च गुणस्तरको हुन्छ । यो ओखरको उत्तम फल दिने आयु ७० बर्ष मानिन्छ । एउटा वयस्क च्याङडलरले कम्तिमा ४० केजी उत्पादन दिन्छ । यसरी सय बोट ओखर हुर्काउने किसानले एक बर्षमा २४ लाख आम्दानी गर्न सक्दछ ।

टर्कीबाट नेपालमा भित्राइएको ओखरको सयभन्दा बढी बोट रोप्ने किसानलाई राज्यले विशेष सहुलियतको व्यवस्था गर्नु जरुरी छ । ओखरको उत्पादनको बजारीकरणमा कुनै समस्या छैन । सामुदायिक तथा सहकारी खेतीमा ओखरलाई लिनु उपयुक्त हुनेछभने सरकारले ओखरलाई जंगल क्षेत्रका रुपमा मात्र बुझ्ने कमजोरी गर्नु हुँदैन । यो तेल, काठ र फलको महत्वपूर्ण स्रोत हो

वडावासीमा अनुरोध

जाडोबाट बच्न निम्न उपायहरु अबलम्बन गरौं ।

तातो, झोलिलो पदार्थ प्रशस्त मात्रामा पिउने गरौं। न्यानो कपडा लगाऔं। घाम वा आगो तापौं, तेल मालिस गरौं। शारिरिक व्यायाम गरौं। बालबालिका, जेष्ठ नागरिक तथा अशक्तले सकेसम्म चिसोको समयमा घरबाहिर ननिस्कौं। ताजा र पौष्टिक खानेकुरा खाऔं। जाडोबाट बच्ने नाममा धूम्रपान तथा मद्यपान नगरौं। स्वास्थ्यमा कुनै समस्या परेमा स्वास्थ्यकर्मीसँग परामर्श लिऔं ।

मनोज कुमार जि.सी.
सचिव

नोमराज पौडेल
वडाध्यक्ष

अनुरोधक
मल्लरानी गाउँपालिका - ३ वडा परिवार, प्यूठान

गाउँपालिकाबासीलाई अनुरोध

- लैङ्गिक समानता बोलेर वा लेखेर मात्र प्राप्त हुँदैन।
- परिणाम प्राप्तिका लागि प्रत्येक व्यक्तिले व्यवहारिक सुरूवात आफैबाट गर्नुपर्दछ।
- परिवर्तनको प्रारम्भ आफ्नै घरबाट गरौ।

अनुरोधक
सरुमारानी गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय, बड्डाँडा प्यूठान

प्यूठान...

भएपनि बचाउने । उनको यो निर्णय निकै चूनौतीपूर्ण थियो । उनीसंग बलियो टिम भएकाले उनले यो आट गरे । बालरोग बिशेषज्ञ सौरभ श्रेष्ठ , चिकित्सक पारुल खड्का, रतन सुवेदी सहित नर्सिङ कर्मचारीहरु रमिला राई, नारायणी पाण्डे र सन्ध्या रिजालको टोली सक्रिय थियो । अस्पतालमा बि पोजिटिभ समुहको रगत संकलन गर्न लगाईयो ।

अस्पतालका आवश्यक जनशक्ति प्रयोग गरि डालीको शल्यक्रिया गर्ने निर्णय गरियो । शल्यक्रिया कक्षमा कार्यालय सहयोगीहरु सोनिया बिस्ट र सरिता सुनारले सामान तयार पार्दै थिए । बिरामीलाई शल्यक्रिया कक्षको बेडमा राखिएको थियो । एनेस्थेसिया सहायक मधु सुनारले बिरामीलाई वेहोस बनाएर बिरामीलाई भुलाउन लागे । डाक्टर पारुल खड्काले पेट चिर्ने भागमा बेटाडिनले सफा गर्न लागिन । केही समय पछि डाक्टर सन्तोस केसिले पेटलाई चिर्न सरु गरे । जब पाठेघर चिर्न सुरु गरियो रगतको खोलो बग्न थाल्यो । लामो प्रयास पछि पाठेघरबाट बच्चालाई जिबित निकालियो । त्यसपछी बच्चालाई बालरोग विशेषज्ञ डाक्टर सौरभ श्रेष्ठको जिम्मा लगाईयो । आमालाई भने निकै गाह्रो भैसकेको थियो । मुखमा अक्सिजन जोडिएको थियो । नवजात शिशुकी आमा जीवन र मरणको दोसादमा पुगिसकेकी थिइन । बिरामीका खुट्टा तनक्क तन्किन थाल्यो । मैले एकोहोरो बिरामीको आँखामा हेरिरहेको थिए । आफैले आफैलाई थाम्न सकिरहेको थिएन । बिरामीका आँखा पनि सेता सेता हुँदै गए । भित्तामा टासिएको मोनिटरमा हेर्दा उनको प्रेसर रक्तचाप सबै घट्दै गएको देखिन्थ्यो । चिकित्सकहरु झन आत्तिन थाले । तर आफ्नो काम छोडेका थिएनन् ।

संगीत पनि डाक्टरको साथी हुँदोरहेछ छेउमा सानो मन्द आवाजमा नेपाली गित बजिरहेको थियो । बिरामीलाई रगतको आवश्यक पर्न थाल्यो म दौडिदै ब्लड बैंकमा पुगेर आफ्नो रगत निकाल्न लगाई केहि बेरमै मेरो ताजा रगत लिएर शल्यक्रिया कक्षमा पुगे । रगत बिरामीलाई दिइयो । लगातार ४ पिन रगत दिएपछी नवजात शिशु की आमाको अनुहारमा केही सकारात्मक लक्षण देखियो । शल्यक्रिमा संलंग्न चिकित्सकहरुले ताली बजाए । आमा र बच्चालाई बचाउन सफल भैयो भन्दै खुसी भए ।

केहि क्षणमै नवजात शिशुकी आमा बच्चालाई हेरेर मुसुक्क हाँसिन । त्यो हासोले सबैको मुहारलाई परिवर्तन गरिदियो । कोहि पेट सिलाउदै थिए, कोहि आमालाई भुलाउदै थिए त कोहि भने बच्चालाई भुलाउदै थिए । भुईभरी रगत चताछुल्ल थियो । चिकित्सकहरुका भित्री बस्त्र समेत रगतले भिजेका थिए । बाहिर बिरामीका आफन्तहरु रुदै चिकित्सकहरुसंग बिरामीलाई बचाईदिनुहुला भन्दै प्रार्थना गरिरहेका थिए । केहिबेर पछि नबजात शिशुलाई आफन्तलाई भेट्न दिइयो । उनीहरुले नवजात शिशुलाई काखमा च्यापेर चुम्बन गर्न थाले, उनीको जिज्ञासा आमाको श्वास्थ्य अबस्थाबारे थियो । नआत्तिनुस ठिक हुँदै छ सन्चो हुन्छ भनेपछि आफन्तहरु निकै खुसी भए । केहिबेर पछि सुत्केरिलाई शल्यक्रिया कक्षबाट बाहिर ल्याईयो । सायद चिसोले होला सुत्केरी आमा कामिरहेकी थिईन । हिटर लगाएर उनलाई न्यानो पारियो । उनको उपचार गर्दा गर्दै रातिको १२ बजिसकेको थियो ।

म पनि उनीहरुसंगै चिया पिउन बाहिर निस्किए । चिया पिउन नपाउदै नर्सिङ कर्मचारिको फोन आयो ।"डाक्टर डाक्टर सुत्केरी आमालाई फेरि ब्लिडीङ हुन थालेको छ के गर्ने ? पुन डाक्टरले भने -'सिस्टर गजहरु राखिदिनुस एकछिन पछि हेरौला केहिबेर पछि उस्तै फोन आएपछि चिकित्सकहरु चियापिउन छाडेर दौडिदै बिरामीकहाँ पुगे । बिरामीको पाठेघरबाट फ्रेस रगत बगिरहेको थियो । साथमा रगत पनि चढाई राखिएको थियो । पटक पटक रोक्ने कोसिस गर्दा पनि मन्द गतिमा रगत बगिरहेको थियो । सुत्केरी आमालाई सेता रक्तकोषको अभाव रहेको र उक्त रगत चढाउनको लागि बुटवल पठाउने चिकित्सकहरुले निधो गरे । रातीको २ बजेतिर सुत्केरी आमा र बच्चालाई बुटवल स्थित लुम्बिनी प्रादेशिक अस्पतालमा पठाईयो । अहिले बिरामिको रगत बग्न रोकिएको जानकारी छ । आमा र बच्चा सकुसल छन् । सायद बिरामीलाई प्यूठान अस्पतालमा ल्याउन १० मिनेट पनि ढिलो गरिन्थ्यो भने आमा र बच्चा दुबैको ज्यान जान सक्ने चिकित्सक सन्तोस केसिले बताए । बिन्ती छ भगवान यो नबजात शिशु र आमा लाई केही नहोस् ।

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

नवौ साधारण सभा र तेस्रो अधिवेसन सम्पन्न

झुलेनी पोष्ट
प्यूठान

भित्रीकोट कृषि सहकारी संस्था लि प्यूठान नगरपालिका ४ को नवौ साधारण सभा र तेस्रो अधिवेसन सम्पन्न भएको छ। शुशिला घिमिरेको अध्यक्षतामा सुरु भएको कार्यक्रममा जिल्ला सहकारी संघका कोषाध्यक्ष निरज सुवेदीले मर्च गरेर अगाडी बढाउन सके संस्था अझै बलियो हुने बताए। उनले पदको मात्र आश नगरि विशेष कृषि कार्यमा भरिपूर्ण भएर लाग्न आग्रह गरे। अवको नयाँ कार्यसमितिले नयाँ अवधारणामा सञ्चालन गर्न कार्यक्रमको प्रमुख अतिथि समेत रहेका सुवेदीले बताए।

दुई कार्यकाल संस्थामा आवद्ध रहेर काम गर्न पाउनु आफुलाई गर्भ लागेको निबर्तमान अध्यक्ष सुशिला घिमिरे बताएका छन् । नयाँ आउने कार्यसमितीलाई आवश्यक सहयोगको आवश्यकता परेमा त्यसबेला आफुपछि नहट्ने प्रतिबद्धता प्रकट गरेका हुन् । हाल नयाँ कार्यसमितीमा अध्यक्ष जुना पोखेल, उपाध्यक्ष सीता पोखेल, सचिव लालुमाया सुवेदी र कोषध्यक्षमा सावित्रा गौतम चयन हुनुभएको छ भने सदस्यमा भवानी न्यौपाने र शारदा गौतम चयन भएका छन् ।

शुसिला घिमिरेको अध्यक्षतामा सुरु भएको कार्यक्रमको प्रमुख अतिथि जिल्ला सहकारी संघका कोषाध्यक्ष निरज सुवेदी, विशेष अतिथि भित्रिकोट सामुदायिक सिकाई केन्द्रका अध्यक्ष सुमन सुवेदी रहेका थिए।

वडाका...

८९ महिला र पुरुष ८६ गरि कुल एक सय ७५ जनालाई सम्मान गरिएको वडा अध्यक्ष कृष्ण बहादुर रोकायले जानकारी दिए। ७४ बर्षभन्दा माथिका जेष्ठनागरिकलाई न्यानोको अनुभुती दिलाउन ब्ल्याङकेट र अन्य जेष्ठ नागरिकलाई शक्ति बढाउने सेवनप्रास दिइएको हो । वडा स्तरीय जेष्ठ नागरिक सञ्जालका अध्यक्ष बामदेव भण्डारीको अध्यक्षतामा सुरु भएको कार्यक्रमको प्रमखु अतिथि नगरपालिका प्रमुख टेक प्रसाद भण्डारी थिए।

पढौं झुलेनी पोष्ट

प्रचण्ड...

प्रधानमन्त्री शेरबहादुर देउवा पनि उपस्थित थिए। त्यसैगरी पूर्वप्रधानमन्त्रीहरु केपी शर्मा ओली र माकवकुमार नेपाल पनि शपथग्रहणका क्रममा उपस्थित थिए।

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

पालिकाबासीलाई अनुरोध

जाडोबाट बच्न निम्न उपायहरू अबलम्बन गरौं ।

तातो, झोलिलो पदार्थ प्रशस्त मात्रामा पिउने गरौं। न्यानो कपडा लगाऔं। घाम वा आगो तापौं, तेल मालिस गरौं। शारिरिक व्यायाम गरौं। बालबालिका, जेष्ठ नागरिक तथा अशक्तले सकेसम्म चिसोको समयमा घरबाहिर ननिस्कौं। ताजा र पौष्टिक खानेकुरा खाऔं। जाडोबाट बच्ने नाममा धूम्रपान तथा मद्यपान नगरौं। स्वास्थ्यमा कुनै समस्या परेमा स्वास्थ्यकर्मीसँग परामर्श लिऔं ।

अनुरोधक : प्यूठान नगरपालिका बिजुवार, प्यूठान

गाउँपालिकाबासीलाई अनुरोध

शौचालयको प्रयोग गरौं, संक्रमणबाट जोगिऔं ।

खुल्ला स्थानमा दिसापिसाब नगरौं। शौचालयमा मात्र दिसापिसाब गरौं। दिसापिसाब गरिसकेपछि साबुनपानीले मिचिमिची हात धोऔं। हत्केला पछाडि, औंलाको बीच, नङलगायत हातका सबै भागमा कम्तिमा २० सेकेण्डसम्म राम्रोसँग साबुन लगाएर सफा पानीले हात धोऔं। सफा कपडा वा तौलियाले हात पुछौं।

जीवाणुलगायतको संक्रमणबाट आफू पनि बचौं, अरुलाई पनि बचाऔं।

अनुरोधक : मल्लरानी गाउँपालिका खलंगा, प्यूठान

आगो वा हिटर प्रयोगमा होसियारी अपनाऔं।

-झ्याल, ढोका थुनेर आगो वा हिटर नबालौं,
-सुत्ने बेला बालेको आगो वा हिटर निभाऔं,
-आगो वा हिटर बालबालिकाको पहुँचभन्दा पर राखौं,
-हावाको उचित ओहोरदोहोर हुनेगरी मात्र आगो वा हिटर बालौं,
-सकेसम्म बाथरुममा ग्यास गिजरको प्रयोग नगरौ । गर्नै परेमा भेन्टिलेसन खुला राखौं ।

झ्यालढोका थुनेर आगो वा हिटर प्रयोग गर्दा अक्सिजनको कमी हुन गई ज्यान जान सक्दछ ।

नेपाल सरकार विज्ञापन बोर्ड

गाउँपालिकाबासीलाई अनुरोध

जाडोबाट बच्न निम्न उपायहरु अबलम्बन गरौं ।

तातो, झोलिलो पदार्थ प्रशस्त मात्रामा पिउने गरौं। न्यानो कपडा लगाऔं। घाम वा आगो तापौं, तेल मालिस गरौं। शारिरिक व्यायाम गरौं। बालबालिका, जेष्ठ नागरिक तथा अशक्तले सकेसम्म चिसोको समयमा घरबाहिर ननिस्कौं। ताजा र पौष्टिक खानेकुरा खाऔं। जाडोबाट बच्ने नाममा धूम्रपान तथा मद्यपान नगरौं। स्वास्थ्यमा कुनै समस्या परेमा स्वास्थ्यकर्मीसँग परामर्श लिऔं ।

अनुरोधक
नौबहिनी गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय, बाहाने प्यूठान

गाउँपालिकाबासीलाई अनुरोध

- लैङ्गिक समानता बोलेर वा लेखेर मात्र प्राप्त हुदैन।
- परिणाम प्राप्तिका लागि प्रत्येक व्यक्तिले व्यवहारिक सुरुवात आफैबाट गर्नुपर्दछ।
- परिवर्तनको प्रारम्भ आँनै घरबाट गरौ।

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), डिजाइन : सुजाता थापा क्षेत्री (९८६६८०७२३७)
कार्यालय : प्यूठान न.पा.-४, विजुवार भौकारेड, (फोन : ०८६-५९०४३६) इमेल : jhulenipyuthan@gmail.com मुद्रण : भिजन अफसेट प्रेस जस्पुर, प्यूठान