स्थानीय 'ख' वर्गको

झुलेनी पोष्ट

www.jhulenipost.com

वर्ष ९, अंक १९, २०७९ पौष ०५ मंगलवार (Jhuleni Post Weekly 20 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

लुम्बिनीका सांसदहरूको शपथ भालुवाङमा हुने

झुलेनी नेटवर्क
प्यूठान

लुम्बिनी प्रदेशसभाको बैठक भालुवाङमा निर्माण गरिएको नयाँ प्रदेशसभा भवनमा बस्ने गरि तयारी भइरहेको छ । लुम्बिनी प्रदेशको स्थायी राजधानी राप्ती उपत्यका (भालुवाङ) मा नयाँ प्रदेश सभा भवन निर्माणको काम अव करिव सकिन लागेको र पहिलो बैठक नै यही भवनमा बस्ने गरी प्रदेशसभा सचिवालयले काम अगाडि बढाएको प्रदेश पूर्वाधार विकास प्राधिकरणका इन्जिनयर विष्णु केसीले जानकारी दिए ।

राप्ती प्राविधिक शिक्षालयलाई सरस्वती माविमा स्थानान्तरण गरेपछि सोही स्थानमा मुख्यमन्त्री कार्यालयलगायत अन्य मन्त्रालयका लागि संरचना प्रयोगमा आएका छन् । नवनिर्वाचित प्रदेश सांसदहरूले भालुवाङस्थित नयाँ भवनमा शपथग्रहण गर्ने तयारी भइरहेको छ ।

केसीका अनुसार विद्युत् जोड्ने, रंगरोगन, एसी राख्ने, टेबुल, कुर्सी, कार्पेट बिछ्याउने काम पनि भइरहेको छ। भवन वाइबी स्टोन बिल्डर्स प्रालिले निर्माणको जिम्मा पाएको थियो । प्रदेश सभा भवनमा सभाहलसँगै भिआइपी कोठा, भोटिङ कोठा, मर्यादापालकका लागि १४ वटा कोठा बनेका छन् । प्रदेशसभा भवनको लागत एक अर्ब २० करोड रहेको छ। प्रदेश सभा भवनभित्रको काम सबै पूरा भइसकेको छ भने बाहिर इन्टरलक लगाउने बाँकी छ। विद्युत जोडिएको छ। रंगरोगन भइसकेको छ ।

अब बाँकी एसी राख्ने, टेबल, कुर्सी, कार्पेट विछ्याउने, प्रदेशसभालाई चाहिने माइक्रोफोन राख्नेलगायतका डेकोरेसनको काम बाँकी छ। त्यो सबै जिम्मा प्रदेश सभाले लिएको छ। पुस तेस्रो सातासम्ममा बैठक बस्ने गरी तयारी थालिएको छ।

आन्तरिक मामिला कानुन तथा सञ्चारमन्त्री तिलकराम शर्माका अनुसार मुख्यमन्त्री कुलप्रसाद केसी हाल काठमाडौं रहेको र उनी फर्केपछि मन्त्रिपरिषद् बैठकले यससम्वन्धी आवश्यक निर्णय गर्नेछन् । लुम्बिनी प्रदेश सभा सदस्यहरूलाई प्रदेश प्रमुखले सपथ गराउने छन् । प्रदेश सभा नियमावली २०७९ को नियम ४ बमोजिम प्रदेश प्रमुखले अधिवेशन आह्वान गरिसकेपछि सदस्यहरूको शपथ हुनेछ।

चुलो विवाद पछि नगरपालिकाको स्पष्टीकरण

झुलेनी नेटवर्क
प्यूठान

प्युठान नगरपालिकाले वितरण गर्न थालेको इन्डक्सन चुलोको चौतर्फी आलोचना हुन थालेपछि नगरपालिकाले मापदण्डको बारेमा स्पष्टीकरण दिएको छ । बुधवार जिल्लाका पत्रकारहरुलाई इन्डक्सन बारेमा चुलो वितरण प्रक्रियाको बारेमा जानकारी दिएको हो ।

चुलो वितरणका लागि गत भदौ ३१ गतेको कार्यपालिका बैठकले मापदण्ड बनाएको थियो । निर्वाचन आचार संहिताले गर्दा वितरण गर्न ढिला भएको नगर उपप्रमुख देवेन्द्र वर्मा बताए । ५ सय रुपियाँ भन्दा बढी एकीकृत सम्पत्ति कर तिर्ने व्यक्तिलाई चुलो दिने निणर्य कार्यपालिका बैठकबाट भएको समेत उपप्रमुख वर्माले बताए ।

ऊर्जा र पालिकाको समझदारी पत्र उक्त परियोजनामा बैकल्पिक ऊर्जा प्रर्वद्धन केन्द्र र नगरपालिकाबीच असार १२ गते समझदारी पत्रमा हस्ताक्षर भएको थियो । जसमा २ वटा बुँदालाई जोड दिइएको छ । एउटा इन्डक्सनमा लाग्ने एक सेट भाडा किन्न सक्ने र अर्को १५ एम्पियरको एमसीवी भएको वा उपयुक्त विद्युत वाइरिङ भएको परिवारलाई दिन सकिने उल्लेख रहेको उपप्रमुख बर्माले बताए ।

बाँकी ५ पेजमा

हाम्रो नजर

आहा! गुलियो सुन्तला

यो सिजनमा बिजुवारको मित्रमणि चोकमा सधैजसो ६/७ जना महिलाहरुले सुन्तला र कमला बिक्रि गर्दै गरेको अवस्थामा भेटिन्छन् । गाउँको सुन्ताला बजार झारेर बिक्री गरेर उनीहरुले परिवार पाल्दै आएका छन् । घर गुजारा चलेको छ । प्यूठान नगरपालिका १० छेपानेका बसन्ता गुरुङ्ग उमेरले अहिले २१ भइन । उनका ३ परिवार छन, श्रीमान कामको सिलशिलामा बाहिर छन् । सिजनको समयमा उनि कमला लिएर प्राय जसो प्यूठान नगरपालिका ४ मित्रमणिचोकमा आउँछन् । अनि दैनिक जसो लगभग सबै सुन्तलाहरु बिक्रि गरेर साँझ घर फर्कन्छन् । तर कहिलेकाही भने सबैजसो कमला बिक्रि नहुँदा घर पनि फर्काएर लैजानु पर्ने बाध्यता हुन्छ । बिहान देखी साँझसम्मको कमाई कसोकसो १२/१५ सय हुन्छ । त्यही गर्दै उनि एक सिजनमा झन्डै ६०/६५ हजारको आम्दानी गर्दछिन । बसन्ता कमला बेच्न थालेको बल्ल २ बर्ष जति भयो । उनको बगैचामा

बाँकी ८ पेजमा

अस्पताल जाने सडक मर्मत गर्ने कस्ले?

कमसल काम हुँदा निर्माण भएको केहि महिनामै जीर्ण रहेको जिल्ला अस्पताल बिजुवार पुग्ने सडक अझै मर्मत भएको छैन । बिरामी बोक्ने एम्बुलेन्सलाई अस्पताल पुग्न समस्या भएको छ । प्यूठान नगरपालिका-४ बिजुवारको जिल्ला अस्पताल पुग्ने सडक नराम्रोसंग बिग्रेको हो । यो सडक जीर्ण हुँदा जिल्लाभरका बिरामीले दुःख पाएका छन् ।

'सडकको कारण बिरामीले दुःख पाएको देखिरहेका छौं,' बिजुवारका एक स्थानीयले भने,'बिरामीले दुःख पाएको देख्दा दया लाग्छ ।' केहि वर्ष पहिले प्यूठान नगरपालिकाले ढलान गरेको सडक अहिले उम्केर जिर्ण भएको छ । ढलान उम्केर ठूलाठूला खाल्डा बनेका छन् । खाडलले गर्दा एम्बुलेन्सलाई अस्पताल पुग्न समस्या भइरहेको छ । सडकमा फलाम छड देखिएका छन् । सडक वरीपरि निर्माण सामाग्री राख्ने गर्दा सडक साँघुरो पनि हुदै गएको छ । यसमा सरोकारवाला निकाएको ध्यान पुगेको देखिदैन ।

बाँकी ८ पेजमा

झुलेनी पोष्ट
सम्पादकीय....

कुसमयको अध्यादेश

कुसमयमा अध्यादेशमार्फत फौजदारी कानुन संशोधन गरी मुद्दा फिर्तासम्बन्धी आफ्नो अधिकार विस्तार गर्ने सरकारको प्रयासले जटिलता बढाउदै छ । मुलुकी फौजदारी कार्यविधि संहितामा जुनसुकै तहमा विचाराधीन मुद्दा पनि फिर्ता लिन सक्ने कानुनी व्यवस्था गर्न तयार अध्यादेश अहिले राष्ट्रपति कार्यालय शीतल निवासमा छ । मन्त्रिपरिषद्ले अध्यादेश पठाएको एक साता बित्दा पनि जारी गर्ने वा अस्वीकृत गर्ने विषयमा राष्ट्रपति विद्यादेवी भण्डारी निर्णय गरेकी छैनन् ।

नागरिक उन्मुक्ति पार्टी र जनमत पार्टीको मागबमोजिम जेलमा रहेका उनीहरूका नेता-कार्यकर्ता छुटाउन अघि बढाइएको अध्यादेशले एकैपटक धेरै प्रश्नहरु जन्माएको छ । पहिलो, यो अध्यादेशले प्रचलित फौजदारी न्याय प्रणालीमा यति ठूलो परिवर्तन जनताका प्रतिनिधिले छलफल नगरी कार्यकारीको इच्छा शक्तिमा मात्रै गर्न मिल्छ कि मिल्दैन ? निर्वाचन सम्पन्न भएर ताजा जनादेश लिएर नयाँ जनप्रतिनिधि आउँदै गरेको सन्दर्भमा प्रतिनिधिसभाको अधिकारमा समेत हस्तक्षेप गर्ने गरी सरकारले राजनीतिक उद्देश्यले अध्यादेश ल्याउन पाउँछ कि पाउँदैन ?, हाम्रो संवैधानिक व्यवस्थामा राष्ट्रपतिलाई सरकारले पठाएको अध्यादेश जारी नगर्ने वा त्यसमा “विचार गर्ने” अधिकार छ कि छैन ? यो अध्यादेशले हाम्रो फौजदारी न्याय प्रणालीमा जे परिवर्तन गर्न खोजेको छ, संससदमा छलफल नगरी कार्यकारीको अधिकारले मात्रै कानुनमा त्यो तहको परिवर्तन गर्न मिल्छ कि मिल्दैन ? अध्यादेशले “मुलुकी फौजदारी कार्यविधि संहिता” को दफा ११६ मा एउटा उपदफा थप्ने प्रस्ताव गरेको छ । उक्त दफामा रहेका ८ वटा उपदफाले निश्चित प्रकृतिका मुद्दा फिर्ता लिन सकिने व्यवस्था गरेका छन् र त्यसका लागि अपनाउनुपर्ने प्रक्रिया पनि तोकेका छन ।

त्यहीअनुसार सरकारले कानुनमै रोक लगाइएका बाहेकका र जिल्ला अदालतमा विचाराधीन मुद्दा फिर्ता लिन सकिने व्यवस्था गरेको छ । सरकारले अहिले अध्यादेशमार्फत “जुनसुकै तहका अदालतमा विचाराधीन मुद्दा पनि फिर्ता लिन सक्ने” व्यवस्था गर्न लागेको छ । कानुनविद्हरूका अनुसार यो अध्यादेशका विषयमा सबैभन्दा ठूलो समस्या यहीं छ । “ अदालतका फैसलाहरू माथिल्लो तहको अदालतले फैसला नै गरेरबाहेक उल्ट्याउन सक्दैन । अध्यादेशको यो व्यवस्था कार्यान्वयन हुने हो भने जिल्ला वा उच्च अदालतका फैसलालाई सरकारले सिधै निष्क्रिय बनाउन सक्छ । सरकारले त्यत्रो ठूलो अधिकार आफूमा लिन खोजेको छ । यो विधिको शासन र शक्ति पृथकीकरणको आधारभूत मान्यताकै विपरीत छ ।

बिगतलाई भुल्न त भएन नि ?

किरण पोखेल (एक बसन्त)
सरुमारानी २, दर्मान प्यूठान

लामो इतिहास बोकेको नेपाली काँग्रेसको बिगत गर्वलाग्दो भएपनि बिगत दुई दशक भने खासै राम्रो रहेन । नेपाली काँग्रेसभित्र सुवर्ण, विपि, गणेशमान तत्कालीन समयका चर्चित नेता थिए । सुनेको वि पि भन्नुहुन्थ्यो एकदिन नेपाली काँग्रेसमा खराब मानिसहरुको हालीमुहाली हुनेछ जसको अन्त्यको लागि असल कार्यक्रताले पार्टीभित्र विद्रोह गर्नुपर्ने हुन्छ । आज विपिको त्यो भनाइले सार्थकता पाएको छ ।

अहिलेको समग्र राजनितीको चर्चा गर्दा यहाँ दुई तरिकाले सोच्ने मान्छेहरु राजनितीमा छन् । एक दिमाग र दुईमा दिल, देशविकास भन्दा पनि आफ्नो स्वार्थ भनौं नाम र दाम परिपुर्तिको लागि राजनितीलाई प्रयोग गर्नेहरुले दिमाग देखि सोच्छ्न् । जसले राष्ट्रहित, जनहितको लागि सोच्छ्न् उनिहरु दिलदेखी सोच्ने गर्छन् । दिमाग देखी सोचेर राजनीति गर्नेहरुले गर्दा नै दिलदेखि सोच्नेहरुको अवमूल्यन भैरहेको छ । जसले गर्दा देशले ठुलो मूल्य चुकाउन परेको छ । जब नराम्रा मान्छेहरुको भिड ठुलो हुँदै जान्छ त्यहाँ राम्रा मान्छेहरु पाखा लाग्ने गर्छन् । त्यसैले राजनीतिमा राम्रा मान्छेहरुको भिड बढाउनु छ । उनिहरुलाई साथ र समर्थन गर्नु छ । जसले गर्दा नराम्रा मान्छेहरु पाखा लागुन् । त्यसैले जुन दल पार्टीबाट आएपनि आशालाग्दा युवाहरुलाई राजनितीमा स्वागत छ । जनभावनालाई बुझ्ेर काम गर्नु पार्टी र नेता दुबैको जिम्मेवारी हुन्छ । अझ पाटि नेतृत्वले झन् यो कुरालाई बढी गम्भीरताका साथ लिनुपर्छ । नेपाली राजनीतिको पछिल्ला ३ दशकमा उनै अनुहारहरु पालै पालो सत्तामा बसेर नेतृत्व गर्दा अस्थिर सरकार र नेताका जिवनशैलिमा परिवर्तन भयो तर देश र जनताको स्थिती ज्युँ को त्युँ रह्यो । देशलाई आवश्यक परेको बेला राजनीति परिवर्तन गर्न सक्ने चाहे विपि हुन् या प्रचण्ड जस्ले गरे युवा अवस्थामै गरे । आफुहरु युवा अवस्थामा विद्रोह गरि नेतृत्वमा पुगेर अहिले बिगतलाई भुल्न त भएन नि ?

१४ औं महाधिवेशनमा गुट बचाउ अभियानमा उहाँ सभापति दोहोरिनु भएको हो । आदरणीय सभापतिलाई फेरी प्रधानमन्त्री बन्न बाध्य बनाउने तिनिहरु हुन् जो “मै खाउँ मै लाउँ मै मात्र बनु” भन्ने सौँच राख्छन्, जसको राजनैतिक भविष्य सभापतिको आशीर्वादले मात्रै टिकेको छ । विपिले भनेझैं नेतृत्वले गलत गर्दा पनि टुलुटुलु हेरेर बस्ने कार्यकर्ता या त चरम अवसरवादी हुन् या त दास हुन् । नेतृत्व परिवर्तन संगै सहि नेतृत्वले के गर्छ भन्ने कुरा राप्रपाले छोटो अन्तराल मै देखाइदियो भने जनमोर्चा (मसाल)को हविगत देखिएकै छ । नेपालमा राजनीति स्थिरता छैन । कसैले यो नसोचे हुन्छ । अब काँग्रेसका छोरा काँग्रेस नै रहन्छन् । काँग्रेस कै घरबाट पुर्ण रुपमा प्रत्यक्ष छाडौँ समानुपातिक मै काँग्रेसमा भोट गएको छैन ।

अहिले भैरहेको भारतको राज्यचुनावमा भाजपा र आम आद्मिको उदयसंगै अहिले काँग्रेसको के हालत छ ? ठिक त्यहीँ मार्गमा नेपाली काँग्रेस छ । भर्खरै सम्पन्न सम्सदिय चुनावमा नेपाली काँग्रेसले गठबन्धन गरेर प्रत्येक्षतर्फ ५७ र समानुपातिक तर्फ ३२ सिट गरेर जम्मा ८९ सिट लिन सफल भएको छ । गठबन्धन गरेर लिएको प्रत्येक्ष सिट संख्या र समानुपातिकमा बिगतको भन्दा कम मत संख्याले पार्टीलाई थप कमजोर साबित गरेको छ । यस्तो बिग्रदो स्थिति, काँग्रेसभित्र उहीँ पुराना नेताहरुको नेतृत्व र सरकारमा हुँदा केही गर्न नसकेको अवस्थाले युवा कार्यकर्ता काँग्रेसको विकल्पमा अरु रोज्न थालेको पाइन्छ । अहिलेको राजनीति परि स्थिति र कार्यकर्ताको भावनालाई सम्बोधन गर्दै यसपाली नेपाली काँग्रेस सभापति शेर बहादुर देउवा, सम्माननिय नेता, रामचन्द्र पौडेल, प्रकाशमान सिंह र शेखर कोइरालाले गगन थापालाइ संसदिय दलको नेता बनाउदै देशको प्रधानमन्त्री गराउँदा पार्टी रहन्छ । पाटिभित्र हामी रहन्छौँ । मैले काँग्रेस नेतृत्वमा परिवर्तन चाहान्छु भने अरु हजारौं लाखौं काँग्रेस प्रेमीहरुले चाहानुहुन्छ।

(उनी नेपाली काँग्रेस सरुमारानी गा.पा. कमिटिका सचीव हुन)

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

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 वर्गिकरण 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

सांसद बन्नुभएन ?

नेपालको राजनीतिमा विचार अहिले करिव-करिव शून्य अवस्थामा पुगेको छ । प्रायः सबै राजनीतिक दलमा विचार निर्माण या आदानप्रदान भन्दा बढी ब्यक्तिगत लान्छनामा रमाउनेहरू छन् । राजनीतिलाई पेशा ठान्नेहरूको संख्या दिन-प्रतिदिन बढ्दो छ ।

तपाईंले भनेर मैले मुलुकका सातै प्रदेशको भूगोल, जनसङ्ख्या, विगतको राजनीतिक समिकरणलगायतको अध्ययन गरेँ, नेताहरूको स्वार्थका कारण आखिर समानुपातिकमा परिनँ, दुःख मात्रै भयो ।' एउटा राजनीतिक दलमा आवद्ध राजनीतिकर्मीले चुनावअघि आफू समानुपातिकबाट सांसद हुने करिब-करिब पक्कापक्की झैँ भएको भनी यो पङ्क्तिकारसँग कुरा गर्दा भावी सांसदका रूपमा उनले गर्नुपर्ने पूर्वतयारीका बारेमा केही सुझाव दिएकी थिएँ । उक्त सुझावअनुरूप आफूले गरेको तयारी खेर गयो भन्दै उनले यही २०७९ साल मङ्सिर २६ गते सोमबार आफू समानुपातिकमा नपरेकोमा आक्रोशसहित नेताहरूको प्रवृत्तिलाई लिएर लामो गुनासो गरिन् । राजनीति गर्ने मान्छेले यस्ता सामान्य कुरा त सांसद भएपनि नभएपनि थाहा पाइरहनुपर्छ भन्दै उनलाई राजनीतिको फराकिलो संसारमा रहेर नेता, सांसद, पार्टी, सांसद सबैतिर नजर राख्दै जनताको हितमा आवाज बुलन्द गर्दै काम गर्नका लागि अर्को सुझाव दिएँ ।

आफू सांसद बन्छु भन्ने कुरामा करिब-करिब ढुक्क राजनीतिकर्मीहरू सांसद नबन्दा निराश हुनु स्वभाविक हो । यही मङ्सिर ४ गते सम्पन्न प्रतिनिधिसभा र प्रदेशसभामा प्रत्यक्षतर्फ आफ्नो उम्मेद्वारी दिँदै गर्दा र समानुपातिकतर्फ उम्मेद्वारीको फर्म भर्दै गर्दा विभिन्न राजनीतिक दल आवद्ध र स्वतन्त्र गरी १४ हजार ५ सय ७२ जना नेपाली नागरिकले आफू यो मुलुकको सांसद भएको परिकल्पना गरेका थिए । उनीहरूमध्ये सङ्घीय र मुलुकका सात वटै प्रदेशमा प्रत्यक्ष र समानुपातिक गरी ८ सय २५ जनाको मात्रै सपना पूरा भएको छ । बाँकी १३ हजार ७ सय ४७ जनामाथि निश्चय नै अहिले कुनै न कुनै प्रकारको निराशा छाएको छ । प्रतिनिधिसभामा प्रत्यक्षतर्फ १ सय ६५ सिटका लागि ३ हजार २ सय २४ र सात वटा प्रदेशसभामा २ सय २० सिटका लागि २ हजार ४ सय १२ जनाले उम्मेद्वारी दिएका थिए ।

यसैगरी समानुपातिकमा विभिन्न राजनीतिक दलले सबैतिर गरी साढे ६ हजारको नाम सिफारिस गरेका थिए । प्रदेशसभाहरूमा प्रत्यक्षबाट ३ सय ३० र समानुपातिकबाट २ सय ५० गरी ५ सय ५० जना, प्रतिनिधिसभामा प्रत्यक्ष १६५ र समानुपातिक ११० गरी २७५ र राष्ट्रियसभामा ५९ गरी जम्मा ८८४ जनप्रतिनिधिहरू रहने संवैधानिक ब्यवस्था छ । मुलुकमा कुनै न कुनै रूपले राजनीतिमा संलग्न हुनेहरूको सङ्ख्या ठुलो छ । ती राजनीतिकर्मीमध्ये कतिले टिकटै नपाएर दुःख मानेका थिए भने कतिचाहिँ टिकट पाएर र समानुपातिकमा नाम परेर पनि सांसदसम्म पुग्न सकेनन् । चुनावी प्रतिस्पर्धाको लडाइँमा पुष्पा भुसाल जस्तो जल्दोबल्दो आशलाग्दो नेतृले पराजय भोग्नुपर्‍यो भने सांसदमा महिला र दलितको मुद्दामा सधैं आवाज उठाउने पार्वती विशङ्ख जस्ता राजनीतिकर्मीले सांसदसम्म पुग्ने बाटोबाटै अलग हुनुपर्‍यो । ओहो' यो मान्छे त आउनैपर्थ्यो जस्तो लाग्ने धेरै राजनीतिकर्मीहरू प्रतिस्पर्धामा पछाडि परे ।

सन् २०१३ मा दोश्रोपटक संविधानसभाको निर्वाचनका बेला भारतमा आम आदमीको चर्चा भइरहँदा हाम्रो देशमा भने 'दाम आदमी'को चर्चा शिखरमा थियो । अहिले आम आदमी भारतमा जनतालाई राहत दिने पार्टीका रूपमा स्थापित भइसकेको छ । हामी समानुपातिकका नाममा अकस्मातै दाम आदमीहरूको राजनीतिक सहभागितालाई लिएर उस्तै अवस्थामा छौँ । अहिले सबै दलहरूले समानुपातिकबाट आफ्ना सांसदहरू चुनिसकेका छन् र त्यही निहुँमा प्रायः सबै दलमा ब्यापक असन्तुष्टी समेत पैदा भएको छ । यो असन्तुष्टिले के के रूप लिने हो, कहाँ कहाँ गएर कसरी पोखिने हो त्यो भने हेर्न बाँकी नै छ । केहीलाई छाडेर प्रायः सबै दलमा केही सङ्ख्यामा दाम आदमीहरू समानुपातिकमा परेकाले प्रतिनिधित्व हुनैपर्ने आम आदमीहरूले प्रवेश पाएनन् । चुनावका बेला प्रत्यक्षतर्फका मात्र नभइ समानुपातिकका उम्मेद्वारहरू समेत गाउँ-गाउँमा पुगेर आ-आफ्ना दललाई भोट मात्र मागेनन् आफूसँग भएको दुई-चार पैसा खर्चसमेत गरे । समय मात्र खर्च गर्नेलाई खासै गाह्रो नभए पनि पैसासमेत खर्च गरेर चुनावमा होमिएका मध्ये धेरैलाई 'बेकारै गरेछु' भन्ने लागिरहेको छ । कुराकानी गरिएकाहरू मध्ये धेरैले त्यस्तै प्रतिक्रिया दिने गरेका छन् ।

समानुपातिक निर्वाचन प्रणालीलाई पछाडि परेका समुदायलाई अगाडि ल्याउनका लागि उपयुक्त निर्वाचन प्रणाली मानिन्छ । तर हाम्रोजस्तो मुलुकमा यो निर्वाचन प्रणाली अपनाउँदा धेरैले अपमानित महसूस गर्नुपरेको छ ।

केही अघिसम्म यो मुलुकमा एकै थरीका सांसद थिए, उम्मेद्वार सांसद या भनौँ हुनेवाला सांसद तर अहिले तीनथरी सांसदहरू छन्- झसा, हासा र साँसा, झसा अर्थात् झण्डै सांसद, हासा अर्थात् हारेका सांसद र साँसा अर्थात् साँच्चिकै सांसद । साँच्चिकै सांसदहरू अब सांसद भइ नै सके कुरै भएन, चुनावमा पराजय भोगेकाहरूले प्रत्यक्ष रूपमै भोगे र अब मानसिक रूपले तयार भएर आ-आफ्नो भूमिकामा जुट्ने कोशिसमा छन् तर झण्डै सांसद भएकाहरू मध्ये धेरैलाई अहिले 'फ्रष्ट्रेसन' भएको छ । समानुपातिक निर्वाचन प्रणालीलाई पछाडि परेका समुदायलाई अगाडि ल्याउनका लागि उपयुक्त निर्वाचन प्रणाली मानिन्छ । तर हाम्रोजस्तो मुलुकमा यो निर्वाचन प्रणाली अपनाउँदा धेरैले अपमानित महसूस गर्नुपरेको छ । समानुपतिकका लागि दलहरूले पूरै सङ्ख्यामा नामहरू पेश गर्नुपर्ने हुँदा कुन नामले कतिसम्म प्रभाव पार्न सक्छ भनी खोजी-खोजी नामहरू पेश गरिन्छ । राख्ने बेलामा नेताका पारिवारिक सदस्य र निकटवर्तीहरूलाई प्राथमिकता दिने गरिएको छ ।

मन्त्री, प्रधानमन्त्री त आफ्नो ठाउँमा छँदैछ, राजनीतिमा संलग्न हरेक मानिसलाई कम्तिमा एक पल्ट सांसद बन्ने चाहना हुन्छ । यस्तो चाहना स्वभाविक भएपनि सम्भावना भने कमै हुन्छ । सबैले पद प्राप्त गर्नु सम्भव छैन, त्यसैले राजनीतिलाई पदभन्दा बढी उत्तरदायित्वसँग जोडेर हेर्ने गरिएको हो । राजनीति पदभन्दा बढी उत्तरदायित्व हो, विचार हो । विचार निर्माण गर्न र उत्तरदायित्व बहन गर्न या जवाफदेहिता स्थापित गर्न सांसद भइरहनु पर्दैन । पार्टीको नेता या कार्यकर्ता मात्रै भएर पनि मुलुक र जनतालाई दिनसक्ने कुराहरू धेरै छन् । सबैभन्दा ठुलो जिम्मेवारी त पदमा पुगेकाहरूलाई जवाफदेही बनाउन भूमिका निर्वाह गर्नु हो । राजनीति आफ्नो मुलुक र जनतालाई समृद्ध गर्ने रणनीति पनि हो । दार्शनिक प्लेटोले दिमाग चलाउन सक्नेहरू राजनीतिमा र साहसिला मानिसहरू सुरक्षा क्षेत्रमा जानुपर्ने बताएका थिए । तर हामीकहाँ दिमाग चलाएर विचारसँग खेल्ने मानिसहरू कम र ब्यक्तिगत आकाङ्क्षा पुर्ति गर्ने चाहनाका मानिसहरू बढी राजनीतिमा छन् । जसका कारण राजनीति पद प्राप्तिमा अल्झिएको छ ।

बबिता बस्नेत

नेपालको राजनीतिमा विचार अहिले करिव-करिव शून्य अवस्थामा पुगेको छ । प्रायः सबै राजनीतिक दलमा विचार निर्माण या आदान प्रदान भन्दाबढी ब्यक्तिगत लान्छनामा रमाउनेहरू छन् । राजनीतिलाई पेशा ठान्नेहरूको सङ्ख्या दिन-प्रतिदिन बढ्दो छ । राजनीतिलाई गरिखाने ठाउँ नभइ विभिन्न पेशामा सफल र देशलाई केन्द्रमा राखेर सोच्ने मानिसहरूको आवश्यकता भएपनि त्यस्ता मान्छेहरू आउन सकिरहेको अवस्था थिएन । यस पटकको संसदीय निर्वाचनबाट यसको सुरुवात भने भएको छ । अहिले सांसद हुन नसकेका राजनीतिकर्मीहरूले महत्वपूर्ण खम्बाको रूपमा रहेर आफ्नै दलभित्र सुधार गर्नुपर्ने कुरा धेरै छन् । राजनीतिलाई हेर्ने दृष्टिकोणमा बदलावबाटै यसको सुरुवात गर्नु उपयुक्त हुन्छ । सांसदको भन्दा सांसद नहुने राजनीतिकर्मीहरूको दायरा थप फराकिलो र भूमिका झनै विशाल छ ।

गाउँपालिकाबासीलाई अनुरोध

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

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 झ्याल, 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

कहि हाँसो लेख्छु, कतै बेदना लेख्छु।
कतै टुक्रिए को मनका चाहाना लेख्छु।

नभन्नुस के लेख्छ यो पागल मान्छेले,
कतै यथार्थ पोख्छु, कतै कल्पना लेख्छु।

मान्छेले नसोचेको के पो छ र है महोदय,
काहिँ सपना र चुकिला बिपना लेख्छु।

आखिर अपुगको मनमा उही घुमिरहन्छ,
त्यसैले उसैको अतितका सम्झना लेख्छु।

जति जे गरे पनि अब फर्केर आउदैन ऊ,
उसलाई खुसीको यो शुभकामना लेख्छु।

जे आउछन मनभित्र देखी मन खोलेर नै,
टुटेका जिन्दगीमा लुकेका चाहना लेख्छु।

टंक खुलाल कार्की
छथर गाउँपालिका ५, तेह्रथुम

मुक्तक

मुक्तक १
अफ्रिएर चन्द्रमा छुन कहाँ सकिन्छ र ?
साबुन पानिले पिडा धुन कहाँ सकिन्छ र?
कोहि कोहिले भन्छन् रे स्वार्थी छ भनेर,
सबैको नजरमा राम्रो हुन कहाँ सकिन्छ र?

मुक्तक २
तिम्रो महल मेरो घर दाँज्न मिल्दैन।
मेरो सपना तिम्रो रहर दाँज्न मिल्दैन।
म बदलिनलाई तिम्रो ठाउँमा बस्नुपर्ने,
हो, त्यसैले गाउँ र सहर दाँज्न मिल्दैन।

मुक्तक ३
मैले जिए झैं जिन्दगी, जियर त हेर।
मैले पिउने गरेको पानी, पियर त हेर।
भुल्ने छौ तिमिले त्यो तिम्रो सहरलाई,
मेरो गाउँको स्वच्छ हावा लियर त हेर।

प्रताप पुन मगर
*लुंग्री गा.पा.-२ सिर्प रोल्पा,
हाल घोराही दाङ*

गजल

धेरै हतार नगर अझै समय भएको छैन।
मेरो आफैसँग अझै परिचय भएको छैन।

संघर्ष गर्न उत्रिएकी छु भर्खर मैदानमा,
अभिलाषा बोकेकी छु बिजय भएको छैन।

गुनगुनाउन थालेकी छु सुस्तरी सपनाको गीत,
प्रयास जारी छ तर अझै लय भएको छैन ।

म आफुसँग जे छ त्यसैमा रमाउनु पर्छ भन्थे,
तर मनमा खुशीको किरण उदय भएको छैन।

आँखाले त आफ्नो बनाई सक्यो तिमीलाई तर,
मनबाट आफ्नो बनाउने अझै निर्णय भएको छैन।

मनु कार्की
मादि २, संखुवासभा

मुक्तक

मुक्तक १
वर्षा लाग्यो अब पहाडमा बाढी जान्छ रे।
कमाउने भएछ छोरो अब खाडी जान्छ रे।
अस्ति मात्र बिहे गरेको हुँ भन्दै थियो,
गाउँमा दुख छ बुहारी सहर छाडि जान्छ रे।

मुक्तक २
उसको मन अचेल अन्तै बसाई सराई भएछ।
उसको पिडा पहाड मेरो समतल तराई भएछ।
गुनासो गर्दै थिन आमा खोई किन हो,
बुहारी ल्याए पछि छोरो पनि पराइ भएछ।

मुक्तक ३
सबैलाई खुसी किन्न म संग कुनै नोट थिएन।
मनमा थियो तर देखाउन कुनै चोट थिएन।
बिरामी हुँदा औषधि ले काम गरेन किन हो,
ज्योतिष भन्छ भाग्यमा कुनै खोट थिएन।

रचना रिजाल
नौबहिनी गाउँपालिका-६ बाहाने

गजल

म भन्दा उत्तम पायौ कि अर्को?
बाध्यता हो कि छोड्नु रहरको?

पहिले सुनिरहुँ भ्रैं लाग्ने बोलि,
हिजोआज मान्न थालिछौ झर्को।

रक्सीको नसा के लाग्छ मलाई?
जति लाग्छ नसा तिम्रो अधरको।

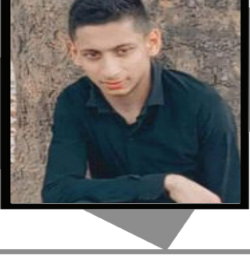
छाडेर जादा छटपटी भो मलाई,
जसरि छटपटियो माछी बगरको।

नसकेको बेला भुल्न तिमीलाई,
भुलाउछ तान्दा गाजाको सर्को।

किस्मत खतिवडा
बिराटनगर

कविता

मार्गदर्शक हौ गुरु तिमी,
चेलामा छरिरहन्छौ प्रकाश।
तिमी मनोचिकित्सक हौ।
बाल मनोविज्ञान बुझिरहन्छौ।
उत्प्रेरक हौ,सिकारुमा भरिरहन्छौ प्रेरणा,
पृष्ठपोषक हौ,भुलभुलैया सच्याइरहन्छौ।
ज्ञानका संवाहक हौ,
बनाएर योग्य मान्छे,
देशलाई नै सुम्पिरहन्छौ।
अन्धकार चिरफार गर्ने द्योतक हौ तिमी,
सधैं सही बाटो हिंडाउन लगाइरहन्छौ।
असहायमाथि बर्साउन करुणा,
सेवाभाव पढाइरहन्छौ।
अन्तर्निहित प्रतिभाको गराएर प्रस्फुटन,
सिकाएर सदाएर सदाचारका पाठ,
देखिरहन्छौ देशका निंति सुन्दर सपना तिमी,
सधैं सकारात्मक सोचमा रमाउने उपदेश दिन्छौ।
देशका लागि सुयोग्य सिप बुनिरहन्छौ।
लालाबालाका मनमुटुमा कलाकारिता कुँदिरहन्छौ।
बगिरहेको नदी किनारका माझी हौ गुरु तिमी,
हरेक समय हामी यात्रुलाई तारिरहन्छौ।
समाज र राष्ट्र उचाल्ने,
तिमीभन्दा अर्को छैन सद्गुरु,
देश देशान्तर पुग्ने होनहार शक्ति जन्माएर
उतारिरहन्छौ।



रामु दाहाल
संखुवासभा (मादी)

रोचक/प्रेरक प्रसङ्ग

अनौठो रोग जसले औंठाछाप र हस्तरेखा मेटाइदिन्छ

चाहे अपराधीलाई पक्रिन होस् वा हराएको मानिसको पहिचान गर्न औंठाछाप अर्थात् फिंगरप्रिन्ट सबैभन्दा उत्तम जैविक पहिचान हो ।

तपाईं चाहे नागरिकता, पासवर्ड बनाउन जानुहोस् वा बैंकमा खाता खोल्न जानुहोस् आफ्नो औंठाछाप लगाउनैपर्छ । तर एउटा यस्तो रोग छ जुन लागेपछि शरीरमा अरु सबै त सामान्य नै हुन्छ तर बिरामीको हत्केलामा हस्तरेखादेखि औंलाका औंठाछाप सबै गायब हुन्छन् ।

यो रोगको नाम एड्रमेटोग्लिफिया हो । यो एक वंशाणुगत रोग हो । सन् २००७ मा पहिलोपटक यो रोगको बिरामी पत्ता लागेको थियो ।

एक विदेशी महिला अमेरिका जाँदै थिइन् । उनको अनुहार त राहदानीमा रहेको अनुहारसँग मिल्यो तर अध्यागमनका अधिकारीहरुले उनको फिंगरप्रिन्ट बुझ्नै सकेनन् । किनकि उनको कुनै पनि औंलामा औंठाछाप नै थिएनन् । त्यही समय बंगलादेशमा पनि यस्तै घटना सार्वजनिक भयो । तर बंगलादेशमा औंठाछाप नभएका एक-दुईजना व्यक्ति होइन पूरै परिवार नै थियो ।

राष्ट्रिय परिचयपत्र बनाउनका लागि जब एक परिवार सरकारी कार्यालय पुग्यो तब अधिकारीहरु हैरान भए । परिवारका कुनै पनि सदस्यको फिंगरप्रिन्ट थिएन । निकै छलफल तथा लामो अनिर्णयपछि उनीहरुको पहिचानपत्र जारी भयो तर परिचयपत्रमा पनि फिंगरप्रिन्ट नभएको उल्लेख गरियो ।

आखिर केही मानिसमा किन औंठाछाप छैन भन्ने बारेमा अनुसन्धान सुरु भयो र एड्रमेटोग्लिफिया रोग पत्ता लाग्यो । यो एक दुर्लभ वंशाणुगत रोग हो जसले औंठाछाप गायब बनाइदिन्छ ।

भ्रुणको विकासकै क्रममा बच्चाको औंलामा औंठाछाप तयार हुन्छ । औंठाछाप अर्थात् औंलामा हुने निश्चित चक्रीय प्याटर्न । यो गोलाकार पनि हुनसक्छ र चुच्चो पनि वा अर्कै प्याटर्न पनि हुनसक्छ । यसलाई डर्म्याटोग्लिफ भनिन्छ । त्यही औंठाछाप नहुनुलाई एड्रमेटोग्लिफिया भनिन्छ ।

सन् २०११ मा वैज्ञानिकहरुले यो दुर्लभ वंशाणुगत रोगको कारण पत्ता लगाए । गर्भावस्थाका बेला भ्रुणको शरीरका जिन स्माक्यार्ड १ म म्युटेसन हुन्छ । यो त्यही जिन हो जसले गर्भको बच्चाका औंलामा औंठाछाप बनाउन भूमिका खेल्छ । यो रोगले मानिसमा पसिना ग्रन्थिको आकार पनि घटाइदिन्छ । जसकारण राम्रोसँग पसिना आउन पाउँदैन र अनेक खालका स्वास्थ्य समस्या आउँछन् । यसले गर्मीमा बस्दा वा धेरै काम गर्दा शरीरमा ज्वरो आउने जस्ता समस्या देखिन्छन् ।

गजल

सोचेको खोजेको जस्तो दिन छैन रात छैन,
यो मन भित्र कोही कसैलाई केही बात छैन।

जसरी एक पिँजडाको चरी सुनसानमा बाँच्छ,
त्यसैगरीञ अब यो दिल पनि त आजाद छैन।

यो दिलमा राज गर्नेहरु ढुक्क भएर आए हुन्छ,
मेरो प्रेमको ञशब्दकोशमा कसैलाई घात छैन।

तिमी धन पैसाको करोडपति हौ म मनको हुँ,
ममा कुनै घमण्ड छैन धन पैसाको मात छैन।

प्रिया सुन खोज्ने भए अरु रोजेर जान सक्छौ,
म गरीब हुँ महल दिन सक्ने मेरो औकात छैन।

जीवन रावल क्षेत्री (बझाङ्गी)
*बित्थडचिर गाउपालिका ९ रैकोसी
हाल :भारत ब्याङ्लोर*

अनुराग बिकास क्षेत्री
अदानचुलि १ हुम्ला, हाल मलेसिया

मुक्तक

मुक्तक १
तिम्रो निधारमा रिस प्रचण्ड खै केका लागी हो?
देखाई पैसा पावरको उदण्ड खै केका लागी हो?
नाङ्गै आएर एकहात कात्रो लगेर जान्छ जिन्दगी,
अनी धाक धम्की यत्रो घमण्ड खै केका लागी हो?

मुक्तक २
मुखले प्रिय प्यारा भन्दै तिमिले टारेपछि हो।
मेरो यो प्रेमको मुना कोपिला मै मारेपछि हो।
म नसाले हैन तिम्रो प्यारले पागल भएको,
तिमिले सिउँदो रङ्गाएर अन्तै मन सारेपछि हो।

मुक्तक ३
देश अनि जनताको साहारा बनिदिनुपर्यो सारकार।
गरिबिको रेखामुनी कतिछन? गनिदिनुपर्यो सरकार।
औषधी नपाएर वृद्ध मर्छन जवान खाडीमा बेचिन्छ,
देशमै रोजगार कहिले खुल्छ भनिदिनुपर्यो सरकार?

मुक्तक

मुक्तक १
हालखबर ती शोकमा मग्द मित्रका पढ्नु होस ।
आँसुले रंगिएका ती सुन्दर चित्रका पढ्नुहोस् ।
खबर छापिएको थियो पागल प्रेमीको एका बिहानै,
प्राण दिए छ, विश्वास लाग्दैन पत्रिका पढ्नुहोस् ।

मुक्तक २
मन नलाई नलाई कात्रो नाप्न प्रयोग फिता हुने छ ।
त्यो दिन छोराको शोकमा रोई रहेको पिता हुने छ ।
तिमी डोली चडेको दिन ओरपर राम्ररी नियाल्नु प्रिय,
कुनै खोलाको डिलमा जली रहेको मेरो चिता हुने छ ।

मुक्तक ३
बिहान आँखामा कसिंगरले प्रवेश गरेको थियो।
त्यसैले सायद यो आँखाबाट आँसु झरेको थियो।
खुकुरी पनि अचानोको काम लाग्दो रहेछ कहिले,
कसिंगर हटाउन दुस्मनको हात नयनमा परेको थियो।

सन्तोष वली(शिष्ट)
बासगढी-५, बर्दिया

कविता : धोखेवाज

कुनैदिन
तिमी थियौ साथमा,
र त जिन्दगी हराभरा,
उज्यालो,
रंगीन थियो ।

तर,
अचेल
हरेक चिज मलाई
तिमी जस्तै लाग्छ ।
"धोखेवाज"

उम्म,
छ न त तस्वीर साथमा छ,
तर न बोलाउदा बोल्छ,न चिच्याउदा सुन्छ ।
थाहा छैन तिम्रो याद भुलाउन
मैले अझै के के गर्न पर्छ ।

तिम्रो याद भुलाउन मैले
जून हेरि न कि,
घाम हेरि न कि,
खोला नाला, वन जंगल,
हेरि न कि,
तर बिडम्बना यी हरेक बस्तुमा
मैले तिमी पाए।
मात्र तिमी।

प्रदीप नेपाली
बिहादी ५ उराम, पर्बत

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

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

रेडियो झुलेनी १०४.७ मेगाहर्ज
रेडियो झुलेनी १०४.७ मेगाहर्ज सुन्न नभुल्नुस है ।

१४ औ बार्षिक साधारण सभा सम्पन्न

झुलेनी पोष्ट
प्यूठान

श्रमजीवी पत्रकारको न्युनतम पारिश्रमिक निर्धारण गर्न पत्रकार महासङ्घको ध्यानाकर्षण भएको बताए । नेपाल पत्रकार महासङ्घ जिल्ला शाखा प्युठानको १४ औ बार्षिक साधारण सभामा भएको कार्यक्रममा बोल्दै नेपाल पत्रकार महासङ्घका केन्द्रिय उपाध्यक्ष उदय जिएम ले यस्तो बताए। जिल्लामा आवद्ध पत्रकारहरुलाई सक्षम र सबल बनाउनको लागि महासङ्घको दायित्व विशेष रहेको समेत उनले बताए ।

त्यस्तै जिल्ला समन्वय समिति प्युठानका प्रमुख तथा सोही कार्यक्रमका विशेष अतिथि समेत रहनुभएका धरम बहादुर जिसि ले पत्रकारले गर्ने काम र कर्तव्य अधिकारलाई बुझ्न जरुरि रहेको बताए । उनले कुन सुचना बाहिर ल्याउने र कस्तो सुचनालाई बाहिर नल्याउने भनी लाग्न भन्दै जनताको सत्य तथ्य कुरालाई सहि सुचना मार्फत प्रवाह गर्न आग्रह गरे ।

कार्यक्रममा बोल्ने वक्ताहरुले महासङ्घ सशक्त तरिकाले बलियो भएर अगाडि बढ्न अनुरोध गरेका छन । जिल्लाको सुशासन र बिकासको लागि पत्रकारिताको अहम भुमिका रहेको पनि बताएका हुन । त्यस्तै कार्यक्रममा पत्रकार महासङ्घमा योगदान पुऱ्याएर हाल स्थानीय तहमा निर्वाचित भएका पत्रकारहरुलाई सम्मान समेत गरेको छ ।

सम्मान हुनेहरुमा प्युठान नगरपालिकाका उपमेयर देबेन्द्र बर्मा, गौमुखी गाउपालिकाका उपाध्यक्ष महाविर राना, झिमरुक गाउपालिका उपाध्यक्ष प्रमोद पोखेल र मल्लरानी गाउपालिका ३ का वडा अध्यक्ष नोमराज पौडेल रहनुभएको छ । सोही कार्यक्रममै नेपाल पत्रकार महासङ्घका पुर्व अध्यक्ष गिरु भण्डारिलाई स्वार्गिय सुर्य बहादुर बिश्वकर्मा स्मृति पत्रकारिता पुरस्कार प्रदान गरिएको छ ।

छोटकरी

भेलु बाजेको अश्लिल क्रियाकलाप नियन्त्रण गर्न माग

झुलेनी पोष्ट
प्यूठान

भेलु बाजेका नामले सामाजिक सञ्जालमा चर्चामा आएका प्यूठानका मिनबहादुर बुढाले समाजमा विकृति फैलाएको भन्दै नियन्त्रणको माग गरिएको छ । प्युठान झिमरुक गाउँपालिका-३ निवासी सुवास जीसी नेतृत्वको युवाहरुको टोलीले प्युठानका प्रमुख जिल्ला अधिकारीलाई ज्ञापन पत्र बुझाउँदै मर्यादा कायम गराउन माग गरेको हो ।

मदिरा सेवन गराइ सामाजिक सञ्जालमा अश्लिल शब्द बोल्न लगाएर रेकर्ड गरी सामाजिक सञ्जालबाट सार्वजनिक गर्ने केही युटुबर र सामाजिक सञ्जाल प्रयोगकर्ताका कारण भेलु बाजे चर्चामा छन् ।

उनका हर्कतलाई नियन्त्रण गर्न माग गर्दै प्रमुख जिल्ला अधिकारीलाई बुझाइएको ज्ञापन पत्रमा त्यसको गहिरो गरी बालबालिकाहरुमा समेत प्रभाव परेकोले यथासिघ्र 'भेलु बाजे' र उनलाई प्रोत्साहन गर्ने युटुबर र व्यक्तिहरुलाई नियन्त्रण गरी सामाजिक अनुशासन र मर्यादा कायम गर्न प्यूठानका सचेत युवाहरुले माग गरेका हुन् ।

ज्ञापन पत्र बुझ्दै प्रमुख जिल्ला अधिकारी सुनिता नेपालले यस सम्बन्धमा आवश्यक कारबाही गर्ने प्रतिवद्धता जनाएको विद्यार्थी नेता सुवास जीसीले बताए ।

एमाले, कांग्रेस मिलेर स्थायी सरकार बनाउनुपर्छ : सूर्य थापा

झुलेनी पोष्ट
प्यूठान

स्थायी सरकार बनाउनका लागि नेकपा एमाले र नेपाली कांग्रेस मिलेर जानुको विकल्प नरहेको नेकपा एमालेका पोलिटब्यूरो सदस्य एवं प्यूठानका प्रतिनिधिसभा सदस्य सूर्य थापाले बताएका छन् ।

बिहिवार बुटवलमा आयोजित नेकपा एमाले रुपन्देही- प्यूठान सम्पर्क मंचको बधाई तथा शुभकामना कार्यक्रमपछि संचारकर्मीहरुसँगको भेटघाटमा बोल्दै नेता थापाले एमाले, कांग्रेस मिलेर स्थायी सरकार बनाउने गरी जनादेश दिएको उल्लेख गरे । 'च्वाँखे थाप्ने बामपन्थीसँग मिलेर एमालेले फेरीपनि बामगठवन्धनको नाममा सरकार बनाउँदैन', उनले भने, 'जनताको जनमत मुलुकका दुई ठूला पार्टी मिलेर जानुपर्छ भन्ने छ, त्यसै अनुसार सरकार बन्नुपर्छ ।'

बामगठवन्धनको बाहानामा नेकपा माओवादी केन्द्रका अध्यक्ष पुष्पकमल दाहाल (प्रचण्ड) लाई प्रधानमन्त्री बनाएर जाने कुरा किमार्थ स्वीकार गर्न नसकिने उनको भनाई छ। एमाले माओवादी मिलेर बनेको नेकपामा प्रचण्ड र माधव कुमार नेपालको पार्टी कब्जा गर्ने गलत मनशायका कारण समस्या पैदा भएको उनको प्रतिक्रिया छ । 'फेरीपनि वामपन्थी मिलेर गाईजात्रा गरुन भन्ने अहिलेको जनमत होइन', थापाले भने, 'बामपन्थी सरकार बन्छ भन्नेमा म विश्वस्त छैन् ।' सूर्य थापाले वर्तमान निर्वाचन प्रणाली मुलुकको स्थीरताको पक्षमा नरहेको समेत उनको भनाई छ । बधाई तथा शुभकामना कार्यक्रममा बोल्दै रुपन्देही- प्यूठान सम्पर्क मंचका अध्यक्ष विनोद गिरीले प्यूठानको समग्र विकासका लागि स्पष्ट दृष्टिकोण, क्षमता र पहुँच भएको नेता जिल्ला पाएको उल्लेख गरे । जिल्लाबासीको जीवनमा गुणात्मक परिवर्तन ल्याउने गरी काम गर्न उनले सुझाव दिए। कार्यक्रमको सहजीकरण मंचका सचिव कृष्णराज पाण्डेले गरेका थिए ।

नियमित सार्वजनिक सुनुवाइ गर्दै सरुमारानी

झुलेनी पोष्ट
प्यूठान

जिल्लाको सरुमारनी गाउँपालिकाले नियमित रुपमा सार्वजनिक सुनुवाई कार्यक्रम गर्दै आएको छ । चौमासिक रुपमा पालिकाले गर्दै आएको कामको सार्वजनिक सुनुवाइ गर्दै आएको हो । यस चालू आर्थिक वर्षको प्रथम सार्वजनिक सुनुवाइ आज सम्पन्न भएको छ । युथ मिडिया डेभलपमेन्ट सेन्टर नेपालले सहजीकरण गरेको हो । कार्यक्रममा गाउँपालिका अध्यक्ष भग बहादुर विश्वकर्मा र प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत चिन्तामणी रेग्मिले उठेका सवालको जवाफ दिएका थिए । प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत रेग्मीले चौमासिक प्रगती प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्नुभएको थियो । कार्यक्रममा बहिर्गमन अभिमत पत्र र नागरिक प्रतिबेदन पत्रमा सडक, खानेपानी, बिद्यालय, अनुदान लगायतका सवाल आएका थिए ।

कार्यक्रमको सन्चालन पत्रकार प्रज्वल पहाडीले गरेका थिए ।

चुलो...

नगरप्रमुख विष्णु बहादुर योगीले गलत मनसायबाट इन्डक्सन चुलो वितरण नगरिएको बताए । उनले भने गलत मनसाय होइन, अधिकतम उपयोग र प्रयोग हुनुपर्छ भन्ने उद्देश्य हो ।' इन्धन खपत कम गर्ने उदेश्यले यो कार्यक्रम गरिएको उनले बताए।

प्यूठान नगरपालिकाले बैकल्पिक ऊर्जा प्रर्वद्धन केन्द्रबाट १ हजार ४ सय विद्युत्तिय चुलो प्राप्त गरेको थियो । खाना पकाउनका लागि स्वच्छ ऊर्जा तथा प्रविधि प्रर्वद्धन कार्यक्रम अन्तर्गत पालिकाले असार ६ गते प्रस्तावना पेश गरेको थियो । लुम्बिनी प्रदेशमै प्यूठान नगरपालिकाले मात्र उक्त परियोजना प्राप्त गरेको हो । जसका लागि बैकल्पिक ऊर्जा प्रर्वद्धन केन्द्रको ८० प्रतिशत र नगरपालिकाको २० प्रतिशत लागत साझेदारी रहेको नगर प्रवक्ता सुमन श्रेष्ठले बताए ।

जसमा नगरपालिकाको सात लाख २७ हजार ६२२ रुपियाँ लगानी छ । चुलो वितरणको मापदण्डको विषयलाई लिएर अहिले आलोचना भइरहेको छ । उचित मापदण्ड विना पालिकाले चुलो वितरण गरेको भन्दै विभिन्न क्षेत्रबाट विरोध समेत भएको छ ।

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

JHULENI United Network Pvt.Ltd.
झुलेनी युनाइटेड नेटवर्क प्रा.लि.द्वारा सञ्चालित
www.jhulenipost.com
समाचार, सूचना, विचार र विज्ञापन प्रकाशन तथा प्रकाशनका लागि हामिलाई सम्पर्क ०८६-५९०४३६
झुलेनी पोष्ट साप्ताहिक
रेडियो झुलेनी १०४.७ मेगाहर्ज

गर्भावस्थामा औषधिको प्रयोग: भ्रम र यथार्थ

गर्भावस्था हरेक महिलाको जिवनमा आउने एउटा अमुल्य अनुभूती हो । यस प्रति हरेक महिलाको मनमा खुशी तथा चिन्ता हुनु स्वभाविक हो । आफ्नो गर्भमा रहको बच्चा स्वस्थ्य तथा राम्रो होस, गर्भावस्थाको बेलाको कृयाकलाप तथा खानपानले गर्भभित्रको बच्चालाई अवान्छिन असर नहोस तथा यो समयमा औषधि सेवन गर्दा बच्चामा कुनै असर नपरोस भने चिन्ता सामान्यजसो हरेक महिलामा हुने गर्दछ । गर्भावस्थालाई चिकित्सकीय भाषामा दुई भागमा वर्गिकरण गर्न सकिन्छ, भ्रुण चरण तथा बच्चाको चरण ।

नेपालजस्तो विकाशोन्मुख देशमा अझै पनि गर्भवती महिलाहरु गर्भावस्थामा शारीरिक परीक्षण गराउन प्रायजसो पहिलो त्रयमासिकको अन्तिम तिर अर्थात भ्रुण अवस्था कटिसकेपछि आउने गर्दछन् जसले गर्दा यो अवधिमा सेवन गरेको औषधिको नकारात्मक असर हरुको बारेमा जानकारी हुदैन तथा गर्भखेर जाने तथा बच्चामा शारिरिक विकलाङ्गता हुनसक्छ । यसको साथै महिलाहरुलाई यो समयमा सेवन गरेको औषधिको नकारात्मक असर परेको हुनसक्ने डर मनमा हुने भएकोले गर्भपतन गराउने निर्णय सम्म पुग्ने गर्दछन् ।

गर्भवती महिलाहरुलाइ गर्भावस्थामा औषधि सेवन गर्नुपर्दा मनमा विभिन्न किसिमको चिन्ता हुने गर्दछ । यसको लागि महिलाहरुमा गर्भावस्थामा प्रयोग गरिने औषधिको बारेमा चेनता हुन आवश्यक छ । गर्भावस्था प्रयोग गरिने औषधि आमालाई हुने फाइदा तथा बच्चामा हुने नकारात्मक असरको तुलना गरिने भएतापनि धेरैजसो औषधिको बारेमा पूर्ण अनुसन्धान हुन सकेको छैन । औषधिहरुको नियमन गर्ने संस्था एफडिएले गर्भावस्थामा प्रयोग गरिने औषधिलाई विभिन्न भागमा बर्गिकरण गरेको छ । यसलाई ए बी सी डी र एक्स नाम दिइएको छ । हाल आएर यो पुरानो बर्गिकरणको साटो नयाँ बर्गिकरण आएता पनि स्वास्थ्यकर्मी बिच पुरानै बर्गिकरण चलन चल्तीमा छ ।

१. बर्ग 'ए'

गर्भवती महिलामा परिक्षण गर्दा बच्चालाई कुनै जोखिम नदेखिएको।यो वर्गमा पर्ने औसधि हरु सामान्यतया सुरक्षित मानिन्छ ।

२. बर्ग 'बी'

पर्याप्त महिलाहरुमा अनुसन्धान नगरिएको तर जनावरमा प्रयोग गर्दा कुनै जोखिम नभएको । यो वर्गमा पर्ने औसधिहरुपनि सामान्यतया सुरक्षित मानिन्छ ।

३. बर्ग 'सी'

जोखिमलाई नकार्न नसकिने तथा गर्भवती महिलामा पर्याप्त अनुसन्धान नभएको तथाजनावरहरुमा अनुसन्धान गर्दा अवान्छित असर देखिएको भए तापनि औषधिको फाइदा जोखिमभन्दा बढी पाइएको ।

४ बर्ग 'डी'

गर्भवती महिलामा प्रयोग गर्दा बच्चामा जोखिम देखिएको । गर्भवती महिलामा प्रयोग गर्दा फाइदाभन्दा जोखिम बढी देखिएको ।

५. बर्ग 'एक्स'

चिकित्सकहरुले आवश्यक परेको खण्डमा माथि उल्ललेखित वर्गिकरण जेजस्तो भनेपनि गर्भवती महिलाको स्वास्थ्यलाई उच्च प्राथमिकतामा राखेर औषधिको सल्लाह दिने गर्छन । यद्दपि गर्भवती महिलाहरुलाई आवश्यक जानकारी दिनुपर्ने देखिन्छा साथैकुनै पनि औषधि स्वास्थ्यकर्मीको सल्लाहविना सेवन गर्न नहुने कुराको पूर्ण जानकारी गराउन आवश्यक छ ।

डा शिवेश चौधरी

(लेखक प्रादेशिक अस्पताल भद्रपुर, झापाका स्त्री तथा प्रसूति रोग विशेषज्ञ हुन्।)

जब डाक्टरले हामीलाई प्रयोगशाला बनाउँछन्

- रुद्र गुरुङ्ग

ज्यान सही-सलामत नै थियो, स्वास्थ्यमा भयानक संकट आएको थिएन । समस्या एउटै मात्र थियो, मधुमेह । सहरिया जीवन बाँच्नेहरुका लागि यो त आम समस्या नै भयो । मधुमेहलाई काबुमा राख्न औषधि सुरु गरें । केही समयपछि एक जना 'डाक्टर'सँग भेट भयो, जसले मेरो खानपान तालिका पूरै परिवर्तन गरिदिए, यसो भन्दै- 'अब तपाईंले मोटोपन र मधुमेहबाट छुटकारा पाउनुहुनेछ ।' केही वर्षदेखि सताइरहेको मधुमेह चट हुने कुरा गज्जब थियो ।

उनको सुझाव अनुसार मैले त्यस्तो खानपान पूर्णरुपमा त्यागें, जुन बच्चैदेखि खाँदै आइरहेको थिएँ । अब मेरो थालीबाट चामल, आलु सर्लक्कै हट्यो । त्यसको साटो मासु, चिज, बोसो, अण्डा खान थालियो । कार्बोहाइड्रेट चट्टै छाडेर उच्च प्रोटिन र बोसोयुक्त खाना खानुपर्ने । त्यससँगै १६ घण्टा भोको पेट बस्नुपर्ने । छोरा भन्थे, 'बुवा यसरी कार्बोहाइड्रेट खाँदै नखानु ठीक होइन । शरीरलाई चाहिन्छ ।' तर मैले उनको कुरामा चासो दिइनँ । किनभने खानपान बदलेपछि मेरो ज्यान हल्का भएको अनुभव गरिरहेको थिएँ । केही महिनापछि जचाउँदा मधुमेह नियन्त्रित भएको पाइयो । ती डाक्टरको सुझाव काइदा लाग्यो । अरुलाई पनि मैले आफूमा भएको परिवर्तनबारे खुसी साटें उनै डाक्टरको सल्लाहमा मैले मधुमेहको औषधि डस्बिनमा मिल्काइदिएँ ।

तर करिब दुई वर्षको अन्तरमा म दुई पटक नै जटिल स्वास्थ्य समस्याबाट गुज्रिएँ । एकपटक त कतिसम्म भने चिकित्सकले 'हामी तपाईंलाई आज एक रातको लागि मात्र बचाउन सक्छौं' भनिदिए । त्यसयता म शारीरिक र मानसिक रुपमा नराम्ररी बिथोलिएँ । एकपछि अर्को स्वास्थ्य समस्याले मलाई तर्साइरह्यो । आखिरमा मैले आफ्नो पुरानै खानपान सुरु गर्नुपर्ने भयो । मधुमेहको औषधि पनि पुनः खान थालें । क्षणिक नतिजाको आधारमा मैले जे गरें, त्यो मेरो स्वास्थ्यमाथि खेलबाड रहेछ भन्ने बोध भयो ।

म आज्ञाकारी भएर सुनिरहें । चिकित्सक भन्दै थिए, 'हेर्नुहोस्, यो राम्रो होइन । बायोस्पी गर्नुपर्छ ।' उनले मुखै खोलेर 'क्यान्सर हो' त भनेनन् । यद्यपि क्यान्सर हुनसक्छ भन्ने पूरा संकेत गरे । हाम्रो जस्तो कमजोर चिकित्सा संयन्त्र भएको मुलुकमा सर्वसाधरणलाई कसरी गोलचक्करमा फसाइन्छ ? कसरी उनको शरीरलाई प्रयोगशाला बनाइन्छ ? कसरी स्वास्थ्य क्षेत्रलाई कमाउधन्दा बनाइन्छ ? म यसको भुक्तभोगी हुँ ।

अस्पताल धाएको धाएकै

गएको पुस महिनामा भने अचानक मेरो स्वास्थ्यमा समस्या देखियो । लगातार खोकी लाग्ने, घाँटी दुख्ने भएपछि उपचारका लागि त्रिवि शिक्षण अस्पताल गएँ । चिकित्सकले मलाई टन्सिलको औषधि दिएर पठाए । एक महिनासम्म औषधि खाएपछि म फेरि उनै चिकित्सककहाँ पुगें । तर समस्या ज्यूँको त्यूँ थियो ।

शिक्षण अस्पतालबाट पार नलाग्ने बुझेपछि म अर्को क्लिनिकमा गएँ । त्यहाँ मलाई इन्डोस्कोपी गर्न लगाइयो । रिपोर्टले मेरो घाँटीभित्र मासु पलाएको देखायो । त्यहाँका डाक्टरले भने, 'यो ट्युमर होइन । तपाईंले पाँच-छ केजी तौल घटाउनुहोस् ठीक हुन्छ ।'

त्यहाँ दिइएको औषधि खाएँ । तौल घटाएँ तर समस्या उस्तै रह्यो । शारीरिक थकान र मानसिक तनावका बीच म अमेरिका गएँ । मेरो आवाज कहिले ह्वात्तै ठूलो हुने र कहिले ह्वात्तै सानो हुने गर्थ्यो । अमेरिकाबाट नेपाल फर्किएपछि फेरि म त्रिवि शिक्षण अस्पताल गएँ । त्यहाँ यसपालि भने मलाई 'टन्सिल हो' भनेनन्, इन्डोस्कोपी गर्न लगाए । रिपोर्ट हेरेपछि डाक्टरले भन्यो, 'मासु पलाएको छ बायोस्पी गर्नुपर्छ ।' 'बायोस्पी गर्नुपर्छ' भन्ने सुनेपछि म झसंग भएँ । किनभने चिकित्सकले क्यान्सरको शंका लागेमा मात्र यस्तो परीक्षण गराउँछन् ।

बायोस्पीका लागि पालो कुर्नुपर्ने रहेछ । म अर्को हप्ता परीक्षणका लागि गएँ, तर पालो पाइएन । दुई हप्ता, चार हप्ता, छ हप्ता धाएको धाएकै गरें । म पालो कुरेर बसेको हुन्थें । त्यहाँको कर्मचारीले भन्थे, 'धेरै लामो लाइन छ । यसपालि पनि तपाईंको भएन ।' बायोस्पीका लागि मेरो पालो नै आएन । सरकारी अस्पतालको स्थिति यस्तो छ ।

जब चिकित्सकले भने 'यो त क्यान्सर हुनसक्छ'

अब म अर्को अस्पतालको खोजीमा लागें । एक निजी अस्पताल जान सुझाए । त्यहाँ फेरि इन्डोस्कोपी गरियो । रिपोर्ट नियालेपछि चिकित्सकले विस्तारमा भने, 'तपाईंको घाँटीमा मासु पलाएको छ । त्यो भागमा मासु दुई किसिमले पलाउँछ । गायक, शिक्षक आदिलाई यस्तै मासु पलाउँछ, जुन माथिल्लो भागमा हुन्छ । अर्को धुम्रपान गर्नेलाई मासु पलाउँछ, जुन तल्लो भागमा हुन्छ । तपाईंको तल्लो भागमा मासु छ ।'

म आज्ञाकारी भएर सुनिरहें । चिकित्सक भन्दै थिए, 'हेर्नुहोस्, यो राम्रो होइन । बायोस्पी गर्नुपर्छ ।' उनले मुखै खोलेर 'क्यान्सर हो' त भनेनन् । यद्यपि क्यान्सर हुनसक्छ भन्ने पूरा संकेत गरे । मेरो नौनाडी गल्यो । अब के गर्ने ?

चिकित्सकले सुझाए, 'यो मासुलाई जतिसक्दो शल्यक्रिया गरेर निकाल्नुपर्छ ।' दशैं आउनै लागेको थियो । दशैंपछि गर्ने कि अगाडि भनेर सोधियो । मैले दशैं अगाडि नै शल्यक्रिया गर्ने निधो गरें । तर जब म शल्यक्रियाको लागि तयार हुँदै थिएँ मनमा द्विविधा पलायो । शल्यक्रिया गरेर ठीक हुन्छ त ? यदि भएन भने ?

किनभने घाँटीको शल्यक्रिया गर्नु सामान्य हो जस्तो लागेन । मैले यसका सम्भावित जोखिमहरु खोज्न थालें । हतारमा शल्यक्रिया गर्नु उचित थिएन ।

समस्या ज्यूँका त्यूँ

म ईएनटी (नाक कान घाँटी)का डाक्टर सञ्जीवकुमार उपाध्ययकहाँ पुगें । सबै रिपोर्ट हेरिसकेपछि डा. उपाध्यायले भने, 'शल्यक्रियाको विपक्षमा त म होइन । तर सबै घाँटीको रोग क्यान्सर हुन्छ भन्ने छैन ।' उनले मलाई केही प्रश्न सोधे ।

'तपाईंको रगत आउँछ ?'

मैले भने, 'आउँदैन ।'

'तौल घटबढ भइरहेको छ ?'

'छैन ।'

'घाँटीमा गाँठागुठी छ ?'

'छैन ।'

प्रश्नोत्तरपछि उनले भने, 'क्यान्सरको लक्षण त छैन ।'

उनले मलाई दुई हप्ताको औषधि दिएर पठाए । औषधि खाइसकेपछि म उनै डाक्टरकहाँ पुगें । उनले जाँचपछि मलाई भने, 'तपाईंको अहिले नै ८० प्रतिशत ठीक भइसकेको छ ।' उहाँको कुराले म निकै शान्त भएको थिएँ । यद्यपि दुखाइ भने कम भएको थिएन ।

त्यसपछि मैले आफूले बदलेको खानपानबारे बताएँ । मैले भनें, 'म किटो डाइट लिइरहेको छु । साथै १८ घण्टे फास्टिङ पनि गरिरहेको छु । यसअघि कोरोनाले थलिएर टिचिङ अस्पतालको आईसीयूमा पुगेको थिएँ ।' मेरो वृत्तान्त सुनेपछि उनले केही नभनी केही औषधि दिएर पठाए, जुन ग्यास्ट्रिकको थियो ।

एक सहपाठीको सुझाव अनुसार म अर्को डाक्टरकहाँ पुगे । उनी एक सरकारी अस्पतालको ईएनटी विभाग प्रमुख रहेछन् । उनले फेरि इन्डोस्कोपी गर्न लगाए । घाउ जस्ताको तस्तै थियो । ग्रान्डीमा त्यो घाउ रातो देखिएको थियो, सुमेरुमा सेतो देखियो । ती डाक्टरले भने, 'घाउ त घाउ नै हो । यो घाउलाई किन राख्ने ? काटेर फ्याल्नुहोस् ।' घुम्दै फिर्दै रुम्जाटार भनेजस्तै भयो । शल्यक्रिया गर्नैपर्ने उनको सुझाव थियो । यद्यपि त्यसले के बेफाइदा गर्न सक्छ भन्ने कुरा मलाई भनिएन । मैले तुरुन्तै उनलाई कुनै जवाफ दिइन ।

म थाक्दै, गल्दै, रन्थनिंदै थिएँ । कहाँ, के गर्ने ? मन रनभुल्ल थियो । मेरो समस्या ठ्याक्कै के हो ? आजको स्वास्थ्य परीक्षणपछि पनि चिकित्सकले भन्न सकेका थिएनन् । यसबीचमा मैले भारतको नामुद अस्पताल मेदान्तमा साथीमार्फत मेरो स्वास्थ्य रिपोर्ट पठाइयो । रिपोर्ट हेरेर त्यहाँबाट पनि जवाफ आयो, 'शल्यक्रिया गर्नुपर्छ । बायोस्पी पनि गर्नुपर्छ । त्यसपछि बाँकी उपचार गर्नुपर्ने हुन्छ ।'

डा. अरुण केसीले भने- यो ग्यास्ट्रिकले हुनसक्छ

न रोग पहिचान हुन्छ, न उपचार । आधा दर्जन अस्पताल र चिकित्सकको फन्को लगाइसकेपछि म निकै हतास भइसकेको थिएँ । यस्तैमा संयोगले डा. अरुण केसीको नाम सुनें । वीर अस्पतालका निकै अनुभवी डाक्टर रहेछन् उनी । म एक झोला रिपोर्ट बोकेर डा. अरुणकहाँ पुगें । उनले मेरो समस्या हेर्नासाथ अनुमान गरे, 'यो समस्या ग्यास्ट्रिकले हुनसक्छ ।'

त्यसपछि मैले आफूले बदलेको खानपानबारे बताएँ । मैले भनें, 'म किटो डाइट लिइरहेको छु । साथै १८ घण्टे फास्टिङ पनि गरिरहेको छु । यसअघि कोरोनाले थलिएर टिचिङ अस्पतालको आईसीयूमा पुगेको थिएँ ।' मेरो वृत्तान्त सुनेपछि उनले केही नभनी केही औषधि बाँकी ८ पेजमा

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

अकबरे खुर्सानी खेती गर्ने तरिका

-जानकारी, भाग १

सेतो धुले रोग

-यो ढुसीबाट लाग्ने रोग हो । न्यानो सुख्खा मौसममा हावाबाट सर्ने रोग हो । पातहरुमा पिठो जस्तो सेतो धुलोले ढाक्दछ ।

रोकथाम

-क्याप्टान वा थिराम २.५ प्रतिकिलो बीउ उपचार गर्ने । क्याप्टान वा थिराम २.५ ग्राम/लिटर पानीमा नर्सरीमा छर्ने ।

मुख्य मुख्य किराहरु र तिनको रोकथाम

-थ्रिप्स कीराः यो एकप्रकारको मसिनो कीरा हो । माउ र बच्चाले कोत्रेर घाउ बनाई निस्केको रस चुस्छन्। कोत्रेको ठाउँमा खैरा धब्बाहरु देखिन्छन्। पातलाई धर्का पारेको ठाउँमा नियालेर हेर्दा मात्र किरा देखिन्छ । यसले एक बिरुवाबाट अर्कोमा रोग सार्ने काम पनि गर्छ ।

रोकथामका उपायहरु

-दैनीक औषधी मेटासिस्टक्स, मालाथायन जस्ता औषधी प्रयोग गर्ने, क्षतीको प्रकार हेरी पटक पटक स्प्रे गर्ने ।

फेद कटुवा

-यो किरालाई खुम्ले वा ढुकुवा कीरा पनि भनिन्छ । भरखर सारेका बिरुवाका फेद काटेर लार्भा अवस्थाका किराहरुले नोक्सान गर्दछ । यो माटो मुनी बस्दछ ।

यो किरा वयस्क अवस्थामा कालो/खैरो रङ्गको पुतली बन्छ । अघिल्लो पखेटामा चन्द्राकार र पछिल्लो पखेटाहरु सेता र मैला सेता बुट्टाहरु देखिन्छन् । लार्भा अवस्थामा ध्वाँसे वा पाङ्गो माटो रङ्गको करीब ४०/४५ मि.मि. लामो जिउमा अस्पष्ट धर्साहरु हुँदा गुजुल्किने खालका हुन्छन् ।

रोकथामका उपायहरु

-रोप्नु वा बेर्नासँग क्लाराडेन ५% धुलोले प्रतिरोपनी १ किलोको दरले उपचार गर्ने । बेर्ना सारीसकेर यो किरा देखिएमा माथि लेखीएको विषादी उही दरले माटोको सतहमा छर्कने वा मालाथियन वा सुमिथायन प्रतिलिटर पानीमा २ एम.एल.को झोल बनाई प्रत्येक बोट मुनीको माटो ७/८ से.मी.को गोलाईको क्षेत्रफलमा राम्ररी भिज्ने गरी उपचार गर्ने । फेद काटीएर ढलेका बोटहरु नजिकको माटो मुनीबाट संकलन गरि नास्ने । गोठेमल वा कम्पोष्टमल पाकेको मात्र प्रयोग गर्ने ।

फल टिप्ने

-खुर्सानीको फल टिप्ने एकै पटक परिपक्व नहुने भएकोले फल टिप्न शुरु गरेपछि २-४ महिना सम्म लगातार टिपिरहन सकिन्छ । एकपटक टिपिसकेपछि कम्तिमा १०-५ दिन सम्म पुनः फल टिप्नु हुँदैन र फेरी तयार हुन्छ । अकबरेको हकमा प्रति रोपनी ५०० देखि ८०० कि.ग्रा.उत्पादन हुन्छ र प्रति के.जी. २०० - ३५० सम्ममा विक्री हुनेगरेको पाईएको छ । प्रति रोपनी ३००० देखि ७००० लगानी गर्दा १ लाख देखी ३ लाख सम्म लिन सकिने देखिन्छ ।

खुर्सानीको बजार व्यवस्थापन

-खुर्सानी ठिकसँग समयमै टिपेर लामो दुरीमा पठाउन चोया वा प्लाष्टिकको क्रेट वा टोकरीमा राखी पठाउन एक बास्केटमा २०-३० के.जी. भन्दा बढी नराखी पठाउनु पर्छ । ज्यादा पाकेको र चिसो मिसाउनु हुँदैन । मूल्य निर्धारण समय अनुसार फरक हुने भएपनि वैशाख जेष्ठ र असोज कार्तिक महिनामा बढी मूल्यमा किनबेच भएको पाईन्छ । अकबरे खुर्सानीको सुकेकोभन्दा पाकेको तर न सुकाएकोले राम्रो बजार मुल्य पाउँछ । हरियो काँचो फलमा भन्दा पाकेको रातो फलमा पौष्टिक तत्वहरु बढी प्राप्त गर्न सकिन्छ ।

वडावासीमा 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 ।

मनोज कुमार जि.सी.
सचिव

नोमराज पौडेल
वडाध्यक्ष

अनुरोधक
मल्लरानी गाउँपालिका - ३ वडा परिवार, प्यूठान

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

गाउँपालिकाबासीलाई अनुरोध

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

अनुरोधक
सरुमारानी गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय, बड्डाँडा प्यूठान

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 : माण्डवी गाउँपालिका जस्पुर, प्यूठान

सहभागितात्मक ग्रामीण लेखाजोखा कार्यक्रम सम्पन्न

झुलेनी पोष्ट,
प्यूठान

प्युठान, उद्योग वाणिज्य तथा आपूर्ति मन्त्रालयको सहयोग र प्युठान नगरपालिकाको आयोजनामा गरिवी निवारणका लागि लघु उद्यम विकास कार्यक्रम अन्तर्गत प्युठान नगरपालिका-३ स्थित बिजयनगरका लघु उद्यमी वन्न चाहने आर्थिक विपन्नहरुका लागि बिहिवार रातामाटामा सहभागितात्मक ग्रामीण लेखाजोखा कार्यक्रम सञ्चालन भएको छ। कार्यक्रममा बोल्दै वडा अध्यक्ष सुमन श्रेष्ठले आफ्नो भित्रको इच्छाशक्ति जगाएर उद्यमी बन्न अघि सर्नका लागि उत्प्रेरणामुलक मन्तव्य व्यक्त गरे। केही गर्छु भन्ने सोच मात्र बनाउन वडाबासीलाई आग्रह गर्दै श्रेष्ठले भने "आवश्यक सहयोगको जिम्मेवारी म लिन्छु।"

लघु उद्यम विकासको क्षेत्र होस या जुनसुकै विकास निर्माणको क्षेत्रमा नगरकै नमुना वडा बनाउने आफ्नो संकल्प रहेको वडा अध्यक्ष श्रेष्ठको भनाई छ। उद्यम

विकास सहजकर्ता शारदा बिश्वकर्माले कार्यक्रमका बारेमा बोल्दै आर्थिक विपन्न समुदाय स्वनिर्भर वन्ने कार्यक्रममा सक्रिय सहभागि हुन आग्रह गरेकी हुन। विश्वकर्माले भनिन्-" सहभागितामुलक ग्रामिण लेखाजोखा विधिबाट आर्थिक विपन्न वर्गको पहिचान गरी सहभागिले सामाजिक नक्सा र स्रोत नक्सा तयार गर्दै कार्यक्रमको प्रभावकारिताको पक्षमा आफ्ना योजना बनाउनु पर्दछ।"

लघु उद्यम विकास कार्यक्रम सञ्चालन स्वीकृत निर्देशिका २०७७ को दफा २१ को उपदफा ३ बमोजिम लघु उद्यमी सृजनाका लागि यो वर्ष वडा नम्बर १ र ३ मा कार्यक्रम सञ्चालन हुने भएको हो।

जब....

दिएर पठाए, जुन ग्यास्ट्रिकको थियो।

औषधि खान थालेपछि मलाई केही आराम भयो। दुखाए क्रमशः घट्दै गयो। यसबीचमा मैले आफ्नो मधुमेह जाँच गरें। मधुमेह बढेको रहेछ। मैले मधुमेहको औषधि पुनः सुरु गरें। यससँगै किटो डाइट छाडेर पुरानै खानपान गर्न थालें। यसपछि म सामान्य दिनचर्यामा फर्किएँ। दुखाइ पूर्णतः ठीक भयो। डा. अरुणले भने बमोजिम औषधि खाइसकेपछि म फेरि वीर अस्पतालमा थप परीक्षणका लागि पुगें। परीक्षणपछि उनले उत्साहका साथ सुनाए, 'तपाईंको घाउ पूरै निको भएको छ।' उनले मलाई विगतमा खिचेको भिडियोसहित पछिल्लो भिडियो देखाउँदै भने, 'हेर्नुहोस् त पहिले कस्तो थियो, अहिले कस्तो भयो।' वीर अस्पतालबाट बाहिरिँदै गर्दा म ढुक्क थिएँ, 'यो क्यान्सर होइन रहेछ।' मैले यसबाट केही पाठ पनि सिकें।

पाठ एक- जो सुकैको कुरा अन्धधुन्ध अनुसरण गर्दा पछि फन्दामा पर्न सकिने रहेछ।

पाठ दुई- नेपालको चिकित्सा क्षेत्र अनुमान र प्रयोगकै चरणमा रहेछ।

पाठ तीन- आफूले बच्चैदेखि खाएको खानपान, कुनै कारणवस सुरु गरेको औषधि चट्टै छाड्न घातक हुनसक्ने रहेछ।

पाठ चार- मेरो शरीरमाथि अरुले खेलबाड गर्न सक्छन्, प्रयोगशाला बनाउन सक्छन्। हामी निकै सतर्क र सचेत हुनुपर्ने रहेछ।

(गुरुङ फिल्म उपकरण व्यवसायी हुन्।)

अस्पताल...

सुत्केरी, वृद्धवृद्धाले अस्पताल आउदा धेरै दुःख पाएको स्थानीय नविन गौतमले बताए। 'अस्पताल पुग्ने सडक सुधार गर्न नगरपालिकालाई धेरै पटक अनुरोध गऱ्यो,' उनले भने,'अझै सुधार गरिएको छैन।' 'पहिलो प्राथमिकता अस्पताल पुग्ने सडकलाई दिनपर्ने हो,' उनले भने,'तर नगरपालिकलो यसमा ध्यान दिएन।' सडकका कारण धेरै बिरामी एक्बुलेन्सबाट झरेर हिँडेरै अस्पताल पुग्ने गरेको देखेको गौतमले बताए।

जिल्ला असपताल पुग्ने सडक मर्मतको लागि यस वर्ष नगरपालिकाले २० लाख रुपैयाँ बजेट बिनियोजन गरेर काम भएको थियो। उपभोत्ता समिति मार्फत सडक मर्मतको काम अगाडि बढेको थियो। उपभोत्ताले ठेगेदारलाई काम दिएका थिए।

आहा...

सानाठूला गरेर झन्डै १ सय ५० कमलाका बोट छन्। सुन्तला जस्तो कमला धेरै बिक्रि नहुँने उनको अनुभव छ। त्यस्तै झिमरुक गाउँपालिका ५ चुधाराका इन्दिरा गुरुङ्ग पनि त्यस्तै व्यवसाय गर्दै आएकी छन्। उमेरले ३५ बर्ष पुगेकी इन्दिराले भने सुन्तला बेच्दा दैनिक सबै बिक्रि भए ७/८ हजार सम्म कमाइ हुने बताइन्। उनी ७/८ बर्षदेखी मित्रमणि चोकमा बिक्रि गर्दै आइरहेको सुनाइन। एक सिजनको समयमा उनि दुई लाख ५० हजार देखी तीन लाख सम्म कमाइ गर्दीछिन।

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

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

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

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

लिङ्ग छनौट गरी गर्भपतन गर्नु अपराध हो।

-लिङ्ग पहिचानको आधारमा छोरा र छोरीमा विभेद गरी सन्तान जन्माउने कार्य नगरौं, नगराऔं।
-प्रविधिको प्रयोग गरी लिङ्ग पहिचान गर्ने र गर्भपतन गराउने कार्य अपराध हो। त्यस्ता कार्य गर्नु वा गराउनु हुँदैन।
-चिकित्सकले समेत त्यस्ता कार्यलाई निरुत्साहित गरी चिकित्सा पेसालाई मर्यादित बनाऔं।
-विभेदरहित समाजको निर्माण गरौं।

नेपाल सरकार विज्ञापन बोर्ड

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 भौकारोड, (फोन : ०८६-५९०४३६) इमेल : jhulenipyuthan@gmail.com मुद्रण : भिजन अफसेट प्रेस जस्पुर, प्यूठान