मकवानपुरबाट प्रकाशित लोकप्रिय 'क' वर्गको पत्रिका

साझाकुरा

साझाकुरा

www.sajhakuranews.com राष्ट्रिय दैनिक

वन कार्यालयद्वारा रातोमाटेमा सरसफाई

हेटौंडा, १३ असार/ डिभिजन वन कार्यालय मकवानपुरले हेटौंडा-१५ रातोमाटेमा सरसफाई गरेको छ । स्थानीय तह र प्रदेश सरकारको सहकार्यमा सडक आसपास क्षेत्रमा प्लाष्टिकलगायत फोहोर सरसफाई गर्ने कार्यक्रमअन्तर्गत् सडक सरसफाई गरिएको हो । कार्यक्रमको शुभारम्भ गर्दै बागमती प्रदेशका वन तथा वातावरण मन्त्री विशाल खड्काले सरसफाई घरबाटै गर्नुपर्ने बताए ।

सडकको दायाँबायाँ सरसफाई गर्न स्थानीय तह, सामाजिक संघसंस्था र स्थानीय जनताहरु सक्रिय हुनुपर्नेमा मन्त्री खड्काले जोड दिए । कार्यक्रममा राजमार्गमा चल्ने सवारीसाधनमा सचेतनामूलक स्टीकरसमेत टाँसिएको थियो । हेटौंडा-१५ का वडा अध्यक्ष सुनिल मुक्तानको सभाध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा जिल्ला समन्वय समिति मकवानपुरका प्रमुख ललित घलान, शसस्त्र प्रहरी उपरीक्षक नेत्रबहादुर कार्की, सामुदायिक वन उपभोक्ता महासंघ, मकवानपुरका अध्यक्ष साधुराम चौलागाई, रातोमाटे टोल विकास संस्थाकी अध्यक्ष लक्ष्मी श्रेष्ठ, सुरक्षाकर्मी, विद्यार्थी, स्थानीय, सामुदायिक वनका पदाधिकारी, सञ्चारकर्मी, वनका कर्मचारीलगायतको सहभागिता थियो ।

बागमतीको बजेट

सत्तापक्षलाई जनमुखी, प्रतिपक्षलाई मन्त्रीमुखी

एमालेको अवरोध हटेपछि सुरु भयो बजेटमाथिको छलफल

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, १३ असार/ बागमती प्रदेश सरकारले ल्याएको आगामी आर्थिक वर्ष २०७९/८० को बजेट सत्तापक्षले स्वागतसँगै प्रसंशा र प्रतिपक्षले बिरोध गरेका छन् । सोमबार बसेको बैठकमा सत्तापक्षका सांसद्हरुले सरकारले जनमुखी बजेट ल्याएको भन्दै प्रशंसा गरेका भने प्रतिपक्ष दलका सांसद्हरुले बजेट मन्त्रीमुखी भएको आलोचना गरेका थिए ।

प्रमुख प्रतिपक्षी दल नेकपा एमाले र सरकारबीच बजेट सन्तुलित बनाउने विषयमा सहमति भएपछि बागमती प्रदेशसभाको बैठक बसेको हो ।

एमालेले बजेटमा असहमति राख्दै आइतबारको प्रदेशसभा बैठकमा अवरोध सिर्जना गरेको थियो । अवरोधसँगै बैठक एक दिनका लागि स्थगित गरिएको थियो । एमालेले बैठक सञ्चालनमा अवरोध गरेपछि सभामुख सानुकुमार श्रेष्ठले सोमबार बिहान सर्वदलीय बैठक राखेका थिए ।

बैठकमा एमालेले बजेटको विषयमा राखेको असन्तुष्टिलाई सदनमा सम्बोधन गर्दै आर्थिक मामिला तथा योजना मन्त्री शालिकराम जम्मकट्टेलले छुटेका विषयलाई समेट्ने प्रतिबद्धता जनाएपछि एमाले प्रदेशसभा सञ्चालन गर्न दिन सहमत भएको थियो ।

सोमबार बसेको पहिलो बैठमा अर्थमन्त्री जम्मकट्टेलले पेस गरेको विनियोजन विधेयक सर्वसम्मत पारित भएको थियो । बैठकमा एमालेले उठाएको प्रश्नको जवाफ दिदै मन्त्री जम्मकट्टेलले बागमती प्रदेश सरकारको बजेट विनियोजनको क्रममा कुनैपनि राजनीतिक पूर्वाग्रह नभएको दाबी गरे । जमकट्टेलले प्रतिपक्षसँग राजनीतिक रुपमा गरिएको सहमति पूर्ण रुपमा पालना गरेर अगाडि बढ्ने प्रतिबद्धता व्यक्त गरे ।

बहुवर्षीय योजनाको हकमा पूर्णरुपमा बजेट छुट्याएको भन्दै उनले थोरै पनि कन्जुस्याइँ नगरेको स्पष्ट पारे । उनका अनुसार चालु आर्थिक वर्षमा ७ अर्ब बहुवर्षीय योजनामा थियो जसमा ४ अर्बमात्र खर्च भएको थियो । आगामी आर्थिक वर्षमा बहुवर्षीय योजनाको लागि ५ अर्ब रुपैयाँ छुट्याइएको छ । भौगोलिक क्षेत्रगत र दलगत समावेशी नभएको विषय स्वीकार गर्दै त्यस्ता विषयहरु समावेश गरेर अगाडी बढ्ने उनले आश्वासन दिए । सिमेन्ट उद्योगको करको विषयमा बोल्दै मन्त्री जमकट्टेलले कर पारदर्शी रहेको दाबी गरे ।

सोमबार नै बसेको दोस्रो बैठकमा सरकारले आगामी आर्थिक वर्ष २०७९/८० को लागि ल्याएको विषयगत मन्त्रालयको बजेटमाथि छलफल भएको छ । बैठकमा सँस्कृति तथा पर्यटन मन्त्रालय, उद्योग बाणिज्य तथा आपूर्ति मन्त्रालय, भूमि व्यवस्था, सहकारी तथा गरिबी निवारण मन्त्रालय, युवा तथा खेलकुद मन्त्रालय, वन तथा वातावरण मन्त्रालय, कृषि तथा पशुपंक्षी विकास मन्त्रालय, खानेपानी, ऊर्जा तथा सिँचाइ मन्त्रालय, श्रम रोजगार तथा यातायात मन्त्रालय र स्वास्थ्य मन्त्रालयको बजेटमाथि प्रदेशसभा सदस्यहरुले छलफल गरेका थिए ।

सत्तापक्षले सरकारले ल्याएको बजेट जनमुखी भएको भन्दै स्वागत गरेका थिए भने प्रतिपक्षले सरकारले चुनावलक्षित असन्तुलित बजेट ल्याएको भन्दै बिरोध गरेका थिए । बैठकमा बोल्दै नेकपा एमालेका सांसद् तथा पूर्व भूमी, व्यवस्था, कृषि तथा सहकारी मन्त्री दावादोर्जे लामाले सरकारले जनताको हित हुने खालको भन्दा पनि कार्यकर्ता पाल्ने कामका लागिमात्रै बजेट ल्याएको आरोप लगाए । उनले कृषि अनुदान वितरणमा गलत नियत राखेर काम गर्नेहरुलाई कानुनी कारबाहीमा ल्याउन नसकेर सरकारले कृषकलाई मार पर्ने गरी अनुदान नै खारेज गरेको बताए । उनले सरकारले कृषि अनुदान खारेज गरेको नाममा दोहोरो नीति लिएकोसमेत दाबी गरे । लामाले सरकारले ल्याएको बजेट जनमुखी नभई मन्त्रीमुखी भएको आरोप लगाए । वर्तमान सत्तारुढ गठबन्धन धेरै समय नटिक्नेसमेत उनको दाबी थियो । जनताले गठबन्धनभन्दा पनि वाम एकता खोजेको उनले बताए ।

विवेकशील साझा पार्टीका सांसद विराजभक्त श्रेष्ठले सरकारको बजेट मन्त्रीमुखि भएकाले यसबाट प्रदेशका जनताको हित हुन नसक्ने बताए । युवा तथा खेलकुदको विकासमा प्रदेश सरकार ले खासै चासो नदिएको उनको भनाइ छ । उनले खेल क्षेत्रमा सक्रिय युवाहरुलाई विदेश पलायन हुनबाट रोक्न प्रोत्साहनका कार्यक्रमहरु ल्याउनुपर्ने बताए । उनले सरकारले एक आर्थिक वर्षको सवारी साधन खरिदको बजेट खेल क्षेत्रको विकासमा खर्च गर्न सकेमा केही हद्सम्म न्याय हुने जिकिर गरे ।

श्रेष्ठले सरकारले आम्दानीको स्रोतको रुपमा रहेको राजस्व तथा करहरूलाई खारेज गर्दै जाँदा प्रदेश सरकारको औचित्यमाथि नै प्रश्न चिन्ह खडा हुनेसमेत चिन्ता व्यक्त गरे । उनले जनताले अब सांसद् र मन्त्रीहरुलाई लौरो लिएर लखेट्नमात्र बाँकी रहेको व्यङ्ग्यसमेत गरे । सरकारले जनताको हितमा जिम्मेवार ढंगबाट काम गर्नुपर्ने भएपनि त्यसमा चुकेकाले जनताले लखेट्नमात्र बाँकी रहेको उनको तर्क थियो ।

राप्रपाकी सांसद रिना गुरुङले सरकारको बजेट बजारमा बिक्रि गर्न राख्ने सामानजस्तो भएको टिप्पणी गरिन् । उनले भनिन् 'सरकारको बजेट बजारमा नुनदेखि सुनसम्म पाइन्छ भनेको जस्तो छ । कुनै मन्त्रालयको बजेट २४ करोडदेखि २४ अर्बसम्मको छ । सरकारले यो कस्तो बजेट ल्याएको हो ?' सांसद् गुरुङले मन्त्रालयहरुलाई सन्तुलित ढंगले बजेट विनियोजन नगरेको भन्दै असन्तुष्टि जनाइन् । 'भूमी, व्यवस्था, सहकारी तथा गरिबी निवारण मन्त्रालयलाई २४ करोड रुपैयाँ बजेट दिइएको रहेछ । यो मन्त्रालयको काम गरिवी निवारण गर्ने हो । तर, जुन मन्त्रालय आफैं गरिब छ, त्यसले कसरी गरिबी निवारण गर्छ ?', उनले प्रश्न गरिन् । उनले उद्योग मन्त्रालयलाई समेत आवश्यक बजेट विनियोजन नगरेको टिप्पणी गरिन् । कोरोनापछि उकासिँदै गरेको उद्योगलाई स्थापित गर्न सरकारले उचित ढंगको योजना र बजेट नल्याएको उनको आरोप छ ।

बैठकमा प्रतिपक्षी दलका सांसद्हरुले सरकारले ल्याएको बजेटको बिरोध गरेपनि सत्तापक्षका सांसद्हरुले भने सरकारले अहिलेसम्मकै राम्रो बजेट ल्याएको भन्दै स्वागत गरेका थिए । सत्तारुढ दल नेपाली कांग्रेसका सांसद् प्रभात तामाङले पाँच वर्षको अवधिमा वर्तमान सरकारले अहिलेसम्मकै राम्रो बजेट ल्याएको भन्दै धन्यवाद दिए । उनले सरकारले जनमुखी, समाजमुखी, सबैलाई समेटेर बजेट ल्याएको दाबी गरे ।

सांसद् तामाङले ४ वर्षसम्म प्रदेश सरकारको अनुभव गर्न नपाएको आफ्नो रसुवा जिल्लाले वर्तमान सरकारले ल्याएको बजेटबाट प्रदेश सरकारको आभाष गर्न पाएको बताएका थिए । प्रदेशसभाको बैठक आज मंगलबार बिहान ११ बजेसम्मको लागि स्थगित भएको छ । आज बस्ने बैठकमा प्रदेश सरकार मातहतका कार्यालय र मन्त्रालयहरुको बजेट र प्रतिवेदन माथि छलफल हुने सभामुख सानुकुमार श्रेष्ठले जानकारी दिए ।

हेटौंडामा प्रदेशस्तरीय महिला उद्यमी प्रदर्शनी मेला सुरु

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, १३ असार/ बागमती प्रदेशको राजधानी हेटौंडामा पहिलोपटक प्रदेशस्तरीय महिला उद्यमी सम्मेलन तथा उपज प्रदर्शनी मेला सोमबारबाट सुरु भएको छ ।

बागमती प्रदेश सरकार उद्योग वाणिज्य तथा उपभोक्ता हित संरक्षण निर्देशनालयको आयोजना तथा नेपाल घरेलु तथा साना उद्योग महासंघ बागमती प्रदेश समिति र प्रदेश महिला उद्यमी समितिको समन्वयमा हेटौंडामा दुई दिने प्रदर्शनी मेला सुरु भएको हो । मेलाको बागमती प्रदेशका मुख्यमन्त्री राजेन्द्रप्रसाद पाण्डेले उद्घाटन गरेका छन् ।

मेलाको उद्घाटन गर्दै मुख्यमन्त्री पाण्डेले स्थानीय तहको व्यवस्थापछि महिला सशक्तीकरण राम्रो भएकोले अब महिलाको आर्थिक हैसियत उठाउनुपर्ने बताए । उनले स्थानीय तह निर्वाचनमा चुनावी गठबन्धनले महिलाको उपस्थिति घटेको भन्दै आर्थिक उपस्थितिलाई भने बलियो बनाउन सकिने बताए ।

कृषि उद्योगको विकास गर्न महिलालाई प्राथमिकता प्रोत्साहन गरेको बताउँदै मुख्यमन्त्री पाण्डेले महिलालाई कृषिमा दूध, जडिबुटी, औषधिको उत्पादन बढाउन लागि पर्न आग्रह गरे । मेलामा बागमती प्रदेशको १३ वटै जिल्लाका महिलाहरुले आफैं उत्पादन गरेको सामानलाई ५१ वटा स्टलमा राखिएको छ ।

महिलाहरुले उत्पादन गरेको अचार, क्रिष्टल माला, हातले बुनेको लुगा, काठ तथा बाँसका सामग्रीसँगै अन्य सामग्रीहरुलाई मेलामा प्रदर्शन गर्न राखिएको छ ।

सम्मेलनमा सहभागीका रुपमा प्रदेशको १३ वटै जिल्लाबाट ७८ जना महिला उद्यामी प्रतिनिधिहरु, ३२ जना प्रदेश समिति तथा स्थानीय महिला उद्यमीहरु र २० जना आमन्त्रित महिला उद्यमीहरु रहेको आयोजकले जनाएको छ ।

महिलाहरुले उत्पादन गरेको सामग्रीलाई बजारीकरण गर्न मेलाको आयोजना गरिएको नेपाल घरेलु तथा साना उद्योग महासंघकी महासचिव गीता मैनालीले जानकारी दिइन् । उनले उपज प्रदर्शनीको लागि महिलाहरुलाई निःशुल्क स्टल उपलब्ध गराइएको बताइन् ।

प्रदर्शनी आम्दानीभन्दा महिलाहरुलाई प्रोत्साहन गर्ने उद्देश्यले आयोजना गरिएको उनको भनाइ छ । प्रदर्शनी मेला आज मंगलबारसम्म चल्नेछ ।

२८ जनाले दिए रगत

हेटौंडा, १३ असार/ मदन भण्डारी स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठानको दोश्रो वार्षिक उत्सवको अवसरमा रक्तदान र बिरामीहरुलाई फलफूल वितरण गरिएको छ ।

प्रतिष्ठानका कर्मचारीहरु सहित गरेर २८ जनाले रक्तदान गरेका छन् । दिवसमा हेटौंडा अस्पतालमा उपचाररत् ७० जना बिरामीहरुलाई फलफूल वितरण गरिएको हो । बिरामीहरुलाई जुस, केरा, स्याउसहितको फलफूल प्रदान गरिएको हो । प्रतिष्ठानका पदाधिकारीले बिरामीको शीघ्र स्वास्थ लाभको कामना गरे । मदन भण्डारी स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठानका उपकुलपति प्राध्यापक डाक्टर विश्वराज जोशी, रजिष्ट्रार राजेश प्रसाइँ, शिक्षाध्यक्ष प्राध्यापक डाक्टर सतिशकुमार देव, कार्यक्रम संयोजक चीरञ्जीवि चुडाल, प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत अमर अधिकारीलगायतको उपस्थिति थियो ।

सम्पूर्ण ब्राण्डका गाडी

एकै ठाउँमा सम्पूर्ण सेवासहित

सेवाहरुः

☞ कार वास भित्र/बाहिर
☞ वाइरिङ मर्मत
☞ A/C मर्मत तथा ग्याँस रिफिलिङ
☞ सेन्सरसम्बन्धी समस्या कम्प्युटरबाट जाँचिने
☞ डेन्ट, पेन्ट, प्लाष्टिक/ग्याँस/इलेक्ट्रिक वेल्डिङ
☞ टायर ब्यालेन्स, पन्चर र फेर्ने काम मेशिनबाट
☞ इन्जिनसम्बन्धी सबै काम

Himalayan Motors Pvt.Ltd.

हेटौंडा, चौकीटोल, सम्पर्क नं.: ०५७-५९०३३३

हेटौंडालाई Green City बनाउने उद्देश्यसहित

सुन्दर नगरी हेटौंडामा बिक्री

शुभारम्भ

YADEA e-SCOOTERS

Offer
रु.१०,०००।-
नगद छुट

YADEA e-SCOOTER का विशेषताहरु:

☞ Full Charge गर्न ४-५ घण्टा लाग्ने ।
☞ Full Charge ले १०० किमी कुद्ने ।
☞ २००० वाट क्षमता भएकोले एकपटक Full Charge गर्दा १५ युनिट विद्युत खपत ।
☞ ट्युबलेस टायर ☞ ब्याट्रिमा एक वर्ष वारेन्टी

बर्षा ई-अटोमोबाइल्स

हेटौंडा-२, चौकीटोल (भाटभटेनी नजिकै)

प्रो. सबी भण्डारी ९८५५०६७४६०

साझाकुरा

हाम्रो कुरा

असारे विकास, गुणस्तरमा शंका

नेपालमा आर्थिक वर्ष साउनमा सुरु भएर असारमा सकिन्छ । आर्थिक वर्षको अन्तिम महिना हुनाले असारमा विकास निर्माणलगायत सरकारी काम सम्पन्न गर्नुपर्ने चटारो हुने गर्दछ । सरकारी निकाय, निर्माण कम्पनी, उपभोक्ता समिति, संघसंस्था सबैलाई असारको चटारो पर्ने गरेको छ । वर्षभरि अन्य ११ महिनामा भएका विकास खर्चको हाराहारीमा असार एक महिनामा खर्च हुने गरेको विगतको अभिलेखले देखाउँछ । यसरी असारमा काम सम्पन्न गर्न हतार गर्दा बजेटको सदुपयोग हुन नसकेका थुप्रै उदाहरण छन् । समय छउञ्जेल हात बाँधेर बस्ने, समय घर्किन थालेपछि हतार-हतार योजना सम्पन्न गर्ने पहिलेदेखिको बानीले धेरै योजनाहरु ‘बालुवामा पानी’जस्तै बन्ने गरेका छन् । यसले गुणस्तरहीन काम हुने त छँदैछ, लक्षित समुदायले योजनाबाट आवश्यक फाइदासमेत लिन सक्दैनन् ।

असार महिनामा बजेट सक्नका लागि हतार-हतारमा योजनाहरु सम्पन्न गर्ने परिपाटीलाई ‘असारे विकास’को रुपमासमेत लिने गरिन्छ । वर्षाको समयमा हुने विकास निर्माण काम गुणस्तरीय नहुने र वर्षाको पानीसँगै बगेर जाने खतरा पनि त्यत्तिकै हुन्छ । संघीय सरकारमात्र नभएर प्रदेश तथा स्थानीय सरकारका काम अन्य महिनाको तुलनामा असारमा व्यापक हुने गरेका छन् । विगतमा जस्तो असारको अन्त्यमा बजेट आउने र बजेट पास हुँदा भदौ पुग्ने अनि असोज, कार्तिकमा चाडबाडको माहोलले काम नहुने र ठेक्कापट्टाको सुरुवात नै पुस, माघमा हुने कारण आर्थिक वर्षको अन्त्यमा विकास निर्माणको काममा चाप पर्ने अवस्था अहिले छैन । अहिले सबै तहका सरकारले असार भित्रै बजेट पारित गरिसक्ने अवस्था छ । जसले गर्दा साउनबाट सुरु हुने आर्थिक वर्षको सुरुवातमै विकास निर्माणका कामको सुरुवात गर्न सकिन्छ । समयमै विकास निर्माणका काम गर्न सकिने सम्भावना भए पनि आर्थिक वर्षको अन्तिमको एक-डेढ महिनामा काम सम्पन्न गर्ने विगतको परिपाटीमा सुधार हुन नसक्नु विडम्बना बनिरहेको छ । आर्थिक वर्षको अन्त्यमा आएर हतारहतार काम गर्ने र बजेटको दुरुपयोग गरी सबै पक्षले फाइदा लिने हाम्रो मानसिकतामा परिवर्तन आवश्यक भइसकेको छ । हाम्रो सोच, कार्यशैली र बाधक बनेका सरकारी नीतिमा परिवर्तन गरी विकास निर्माणका नाममा बजेटजति असारमै सक्ने परिपाटी अन्त्य हुनु आवश्यक छ ।

तीनै तहका सरकारले ल्याएको नीति तथा कार्यक्रम र बजेट पारित भएपछि निर्धारित योजनाहरु सही तरिकाले सम्पन्न गराउनुमा सबैभन्दा ठूलो भूमिका र दायित्व तीनै तहका सरकारको हुन्छ । आर्थिक वर्ष सुरु हुनासाथ सम्पन्न गर्नुपर्ने कार्यक्रमहरुलाई समयतालिका बनाएर समयमै जिम्मा दिने व्यवस्था मिलाउन जनप्रतिनिधि तथा कर्मचारीहरु गम्भीर बन्नु आवश्यक छ । आर्थिक वर्षको अन्त्यमा धेरै काम गरिँदा तिनको रेखदेख तथा अनुगमन गर्न सम्भव हुँदैन । फलस्वरुप कामको जिम्मेवारी पाएका ठेकेदार, उपभोक्ता समिति तथा संघसंस्थाहरु काम गरेको जस्तो गरेर बजेट सक्नतिर जोड दिन्छन् । कतै केही काम भइहाले पनि वर्षामा आएको भेलसँगै बगेर जाने सम्भावना उत्तिकै हुन्छ । त्यसैले समयमै विकास निर्माणका काम गरी ‘असारे विकास’ अन्त्यका लागि सम्बन्धित निकाय गम्भीर बन्नुपर्छ ।

महत्वपूर्ण टेलिफोन नम्बरहरू

मकवानपुर प्रहरी

प्रहरी कन्ट्रोल:	१००
जिल्ला ट्राफिक:	५२०५९९
वडा प्रहरी:	५२०२९९
पशुपतिनगर इलाका:	५२०५९८
पालुङ इलाका:	६२०४६७
मनहरी इलाका:	९८५५०९०१६१
इलाका फापरबारी:	६२१९८०
इलाका भीमफेदी:	६९१४६२
इलाका ठिंगन:	९८४५२९९३८१
चौकीटोल चौकी	९७४२५५९५०१
चित्लाङ चौकी:	६९२०००
चौघडा चौकी	९८४४०५४६०४
नेवारपानी चौकी:	९७५५०००२९९
फाखेल चौकी:	९८४५०३१३९८
पदमपोखरी चौकी:	९८४५०९९७८९

एम्बुलेन्स सेवा

नेपाल रेडक्रस:	५२०७११, ९८५५०२८९५२
हेटौंडा अस्पताल:	५२०३०५
परिवार नियोजन संघ:	५२०७४५,९८४५१०४५००
मनहरी रेडक्रस:	९८४५१०५८२१
छतिवन रेडक्रस:	९८६१६२२३११
भीमफेदी रेडक्रस:	६२०६९९
पालुङ रेडक्रस:	९८१४२०७४०१
बज्रबाराही रेडक्रस:	९८४५३०२९८४
सहकारी अस्पताल:	०५७-५२६५८७, ९८४५६१९१९४
बसामाडी एम्बुलेन्स:	९८४५२९७५७९
बारुण यन्त्र:	१०१
बाल हेल्पलाइन नेपाल:	१०९८
माइती नेपाल:	५२१०५०
अपाङ्ग बाल अस्पताल	९८४५२९६४४५

सार्वजनिक हितको लागि
साझाकुरा राष्ट्रिय दैनिक

भोलिको पात्रो

भोलि वि.सं. २०७९ असार १५ गते बुधबार २९ जुन २०२२ । असार कृष्णपक्ष औंशी । तछलागा आमै ११४२ । सूर्योदय: ५:१०, सूर्यास्त: ७:०३ मा हुनेछ । दहिचिउरा खाने/राष्ट्रिय धान दिवस ।

आजको राशिफल

मेष	: न्यायिक कार्यमा सफलता	**तुला**	: नवीन कार्ययोजनामा लगानी
वृष	: अहमपनले कार्यमा हानि	**वृश्चिक**	: अशुभ समाचार सुन्नुपर्ने
मिथुन	: काममा सफलता हात पर्ने	**धनु**	: साझेदारी कार्यमा विवाद
कर्कट	: सहयोगीहरूले राम्रो साथ दिनेछन्	**मकर**	: कुरा काट्नेहरु सक्रियता
सिंह	: व्यापारमा विशेष फाइदा हुनेछ	**कुम्भ**	: दैनिक आयमा कमी
कन्या	: शत्रु सजिलै हराउन सकिनेछ	**मीन**	: मांगलिक कार्य सम्पादन

बुद्धको ‘ह्याप्पिनेस फर्मुला’
मनलाई सशक्त बनाउने सात अभ्यास

आर. मानन्धर

धेरैजसो धर्मग्रन्थहरू ‘ईश्वर’ शब्दबाट सुरु हुन्छन् । बौद्ध धर्मको सारग्रन्थ धर्मपद भने ‘मन’ शब्दबाट सुरु हुन्छ । बुद्धले बारम्बार एउटै कुरा दोहोऱ्याएका छन्- मन नै प्रधान हो । त्यसैले, मनलाई प्रशिक्षित गर । धर्मपदमा भनिएको छ- प्रशिक्षित गरिएको, पहरा दिइएको मनले आमाबुबाले पनि दिन नसक्ने अपार सुख दिन्छ । अप्रशिक्षित मन जंगलीजस्तै हुन्छ । त्यस्तो मनले शत्रुले पनि नदिने दु:ख दिन्छ । धर्मपदमै बुद्धले मनलाई ‘नदेखिने गुफामा लुकेर बस्ने, अत्यन्त चञ्चल र चलाख, एक्लै विचरण गर्ने, तीव्र गतिमा चल्ने, नियन्त्रण गर्न कठिन’ भनी भनेका छन् । मनको विषयमा यी कुरा त हामीले पनि अनुभव गरेकै हौं । त्यसैले बुद्धको आर्य अष्टाङ्गिक मार्गको छैठौं अंग छ- सम्यक व्यायाम । यहाँ व्यायामको अर्थ शारीरिक व्यायाम होइन, बरु मानसिक व्यायाम हो, मनको व्यायाम हो ।

जसरी नियमित शारीरिक व्यायामबाट शरीर स्वस्थ, हृष्टपुष्ट र बलिष्ठ रहन्छ, त्यस्तै नियमित मानसिक व्यायामबाट मन स्वस्थ र बलिष्ठ बन्छ । हाम्रो शिक्षा प्रणालीमा अनेकन प्रविधि र सीपहरू सिकाइन्छ, तर मनलाई प्रभावकारी बनाउने प्रशिक्षण बिल्कुल छैन । यसैको कारण भौतिक सफलता नपाएका मानिस त दु:खी हुन्छन् नै, साथै भौतिक सफलता पाएका मानिसले पनि आफ्नो मनलाई खुशी राख्न सक्दैनन् । बुद्धको शिक्षा भनेकै मनको स्वभावको अध्ययन, अवलोकन र त्यसको प्रशिक्षण हो । त्यसैले कतिपय पाश्चात्य अध्येताहरूले जसलाई हामी बौद्ध धर्म (बुद्धिज्म) भन्छौं, त्यो धर्म वा दर्शन नभई मनोविज्ञान अर्थात् मनको अध्ययन हो भन्छन् । साथै, बुद्धलाई दार्शनिक होइन, मनको वैद्य भन्छन् ।

मनको प्रशिक्षण

हामीले जीवनमा शिक्षा लिने क्रममा धेरै कुराहरू सिक्छौं, अनेकौं तालिम, सीपहरू सिक्छौं । जुन कुराको सीप हासिल गर्छौं, हामी त्यस कुरामा पोख्त हुन्छौं । जस्तै, साइकल चलाउन सिक्यौं भने हामीले साइकललाई आवश्यक किसिमले चलाउन सक्छौं वा भनौं साइकललाई नियन्त्रणमा राख्न सक्छौं । तर, साइकल चलाउन जानिएन भने साइकल नै घाँडो हुन्छ, र त्यसबाट दुर्घटना हुने र चोटपटक लाग्ने भइरहन्छ । हाम्रो मन पनि त्यस्तै हो । अप्रशिक्षित मनकै कारण हामीले दु:ख पाइरहेका छौं । तर, हाम्रो समाजमा, हाम्रो शैक्षिक प्रणालीमा कतै पनि मनलाई प्रशिक्षण दिने व्यवस्था छैन । अप्रशिक्षित मनको कारण जीवनमा दुर्घटना भइरहन्छ । यसकारण परिवार र समाजमा पनि दुर्घटना घटिरहन्छन् । व्यक्तिगत जीवनमै पनि अनियन्त्रित मनकै कारण हामी दिन-रात धेरै किसिमका तनाव, चिन्ता र दु:खहरू झेलिरहेका हुन्छौं ।

मन नै प्रमुख हो

बुद्धको मुख्य शिक्षा भनेकै मनको प्रशिक्षण हो । खासमा बुद्ध धर्म अरू धर्मभन्दा यस अर्थमा फरक छ कि यो विश्वास वा अनुशरण गर्ने (पछि पछि लाग्ने) धर्म होइन । बरु, आफ्नै मनलाई हेर्ने र त्यसलाई प्रशिक्षित गर्ने शिक्षा वा उपाय हो । त्यसैले यसलाई सम्प्रदाय वा विश्वासको परम्परागत अर्थमा ‘धर्म’ नभन्दा बेस हुन्छ । धर्मपदको पहिलो श्लोकको सुरु वाक्यमा ‘धर्म’ शब्दको प्रयोग यसरी भएको छ, ‘मनोपुब्बं गमा धम्मा’, अर्थात्, हरेक अवस्थामा मन नै अगाडि रहन्छ । यसै श्लोकमा अगाडि भनिन्छ, गोरुको पछि पछि गाडा हिँडेझैं खराब मनको पछिपछि दु:ख आउँछ । राम्रो मनको पछिपछि सधैं छायाझैं सुख लागिरहेको हुन्छ ।

बुद्धको शिक्षामा धर्म ज्ञान भनेको आफ्नै प्रकृति वा स्वभावलाई जान्नु हो । अझ भनौं आफ्नै मनको प्रकृति वा स्वभावलाई जान्नु हो । आफ्नो मनको स्वभावलाई जानेपछि हामीले मनलाई आफ्नो अनुकूल प्रयोगमा ल्याउन सक्छौं । नभए त हामी मनको वशमा परिरहेका हुन्छौं, र मनले नै हामीलाई सताइरहेको हुन्छ ।

सशक्त बनाउने सोच (इम्पावरिङ थट्स)

कतिपय मोटिभेशनल साहित्यले सकारात्मक सोचको कुरा गर्छ । तर, म सकारात्मक सोच भन्नु भन्दा मनलाई ‘सशक्त बनाउने सोच’ भन्छु, अर्थात् इम्पावरिङ थट्स । हाम्रो मनमा खेल्ने कुराले नै हामीलाई सशक्त पनि बनाउँछ, अशक्त पनि बनाउँछ । तपाईंले आफ्नो मनमा खेल्ने बिचारलाई ख्याल गर्नुभयो भने आफैं थाहा पाउन सक्नुहुन्छ कि तपाईंको मनमा चलिरहेको बिचारले तपाईंलाई सबल बनाउँदै छ वा निर्बल ? दु:ख दिँदैछ वा सुख ? शान्ति दिँदैछ वा अशान्ति मच्चाउँदै छ ? मनमा जस्तो बिचार आउँछ, हामी त्यस्तै बन्छौं । मनमा खेल्ने बिचारले हामीलाई तुरुन्तै सशक्त पनि बनाउँछ र तुरुन्तै अशक्त पनि ।

यसको अर्थ यो होइन कि हामीले खराब बिचारलाई रोक्छौं वा नियन्त्रण गर्छौं । यो सम्भव छैन । बुद्धले मनको नियन्त्रण भनेका छैनन् । किनभने, मन भन्ने कुरा यस्तो हो, जति नियन्त्रण गर्न खोज्छौं, झनै अनियन्त्रित हुन थाल्छ । तर मनलाई हेर्न सकिन्छ । मनमा के कुरा चलिरहेको छ, ठम्याउन सकिन्छ । यो मनलाई प्रशिक्षित गर्ने व्यायाम हो । यो आफैंमा एक प्रकारको ध्यान अभ्यास पनि हो । ध्यान भनेको सचेत हुनु हो, सजग हुनु हो । ‘विपश्यना’ को शाब्दिक अर्थ त ‘राम्ररी हेर्नु’ नै हो । अझ विशेष प्रकारले हेर्नु । ‘विपश्यना’ शब्दमा ‘पश्यना’को अर्थ हेर्नु हो भने ‘वि’ को अर्थ ‘विशेष प्रकारले’ वा ‘स्पष्ट हुने गरी’ ।

हामीले आफ्नो मनमा कस्तो प्रकारको विचार चलिरहेको छ, त्यसले आफैंलाई कस्तो प्रभाव पारिरहेको छ, त्यसलाई हेर्न वा ठम्याउन सक्छौं । यो भनेको मात्र मनका उठेका विचारलाई निरन्तर हेरिरहने भनेको होइन । कस्तो विचार चलिरहेको छ र त्यसले आफूलाई कस्तो प्रभाव पारिरहेको छ पनि हेर्ने हो । विचारले मन, भावना र शरीरमा प्रभाव पार्छ । मनमा उठ्ने विचारले मनलाई नै प्रभाव पार्छ, त्यसैबाट मनस्थिति बन्छ । त्यसबाट भावना (फिलिङ वा इमोशन) उत्पन्न हुन्छ । रिस, डर, शोक, उदासी, निराशा, लज्जा आदि नकारात्मक भावना हुन् भने खुशी, साहस, प्रेम, शान्ति, आनन्द आदि सकारात्मक भावना हुन् । हाम्रो मनमा चल्ने विचारबाटै यी भावना उत्पन्न हुन्छन् । अथवा, यी भावना उत्पन्न भएपछि मनमा त्यसै प्रकारका विचार चल्न पनि सक्छन् । विचार र भावनाले एक अर्कालाई प्रभाव पारिरहेको हुन्छ । साथै विचार र भावनाले हाम्रो शरीरमा पनि प्रभाव पार्छ । कुनै विचारले शरीरमा स्फूर्तिको सञ्चार गराउँछ । कुनै विचारले आलस्य र शक्तिहीन महशुस गराउँछ । कुनै बिचारले आत्मविश्वास बढाउँछ भने कुनैले भएको आत्मविश्वास पनि हेर्छ र असहाय अनुभव गराउँछ ।

मनले मनलाई हेर्ने

मनमा उठेका बिचार र तिनको प्रभावको अवलोकन गर्दा त्यसले कसरी काम गर्छ त ? बुद्ध धर्ममा एउटा लंकावतार सूत्र छ, यसमा लंकाका अधिपति रावणले बुद्धसित जिज्ञासा राखिरहेको हुन्छ । रावण सोध्छन्, ‘मनले मनलाई हेर्ने भनेको कस्तो हो ?’ बुद्धले जवाफमा भन्छन्, ‘जस्तो तपाईंको एउटा शिरले अर्को शिरलाई हेर्छ, त्यस्तै नै हो मनले मनलाई हेर्ने पनि’ । रावणका त दशवटा शिर छन् ।

यहाँ मुख्य कुरा के भने मनलाई हेर्ने पनि मनले नै हो । चञ्चल अनियन्त्रित मन जसै आफैंलाई हेर्ने कार्यमा लाग्छ, तब विस्तारै विस्तारै मन आफैं स्थिर र शान्त हुँदै जान्छ । जुन मन अथाह विचारमा सम्पूर्ण अचेत डुबिरहेको थियो, त्यसको केही हिस्सा मनकै विचार, अवस्था, प्रभाव हेर्ने कार्यमा लाग्दा अचेत बग्ने कार्यमा आफैं केही कमी आउँछ । अनि मन आफैं विस्तारै नियन्त्रित हुन थाल्छ, नियन्त्रण गर्नुपर्ने नै हुँदैन ।

निश्चय पनि यो तपाईंको लागि खुशीको समाचार जस्तै लाग्यो होला । तर, सुन्दा यति सजिलो लाग्ने काम गर्न भने त्यति सजिलो छैन । सुरुमा विचारमा चुर्लुम्मै डुबिरहेको मनलाई हेर्न नै निक्कै कठिन हुन्छ । अझ नकारात्मक विचारमा डुबिरहेको छ भने त लगभग असम्भवै हुन्छ । तर, यो स्वभाविक कुरा हो । तपाईं कुनैपनि कुरा केही समयको नियमित अभ्यास बिना सिक्न सक्नुहुन्न । शारीरिक व्यायाम गरे पनि शरीर बलिष्ठ बन्न लामो समयको अभ्यास चाहिन्छ । यो कुरा सबै किसिमको सिकाइमा लागू हुन्छ । तपाईंले नियमित अभ्यास बिना कुनैपनि सीप सिक्न सक्नुहुन्न, चाहे तपाईं साइकल, गाडी सिक्नूस्, वा संगीत, नृत्य । केही समयको अभ्यासले भने निश्चय पनि परिणाम देखाउँछ ।

यसै कारण नै बुद्धले यसलाई ‘सम्यक व्यायाम’ भनेको हुनुपर्छ । यो मनको व्यायाम हो, यसको नियमित अभ्यासले मन बलिष्ठ बन्दछ । जसरी शारीरिक व्यायामको सुरुमा सजिला, हलुका अभ्यास गराइन्छ, त्यसरी नै मनको व्यायामको सुरुवात हामीले मनको सामान्य अवस्थामा वा खुशीको अवस्थाबाट अभ्यास गर्दा सहज र टिकाउ हुन्छ । अझ सजिलोको लागि सात वटा अभ्यासहरु प्रस्तुत गर्न चाहन्छु ।

मनलाई सशक्त बनाउने सात अभ्यास

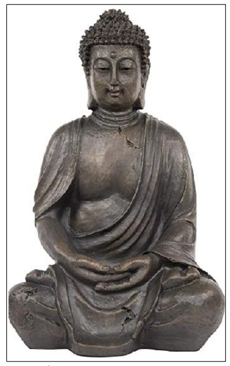
१. विगतलाई नकोस्ने

हामी धेरै समय र ऊर्जा विगतका दुर्भाग्यहरुप्रति गुनासो गर्नमा खर्चिरहेका हुन्छौं । मानिसमा आफ्नो विगतप्रति अनेकौं गुनासा हुन्छन् । निश्चय पनि विगतका खराबीले हामीलाई असर परिरहेको हुन्छ । तर, त्यसलाई कोस्दै बस्दा हामी नकारात्मकताले मात्र भरिएका हुन्छौं, र हामीमा शक्ति क्षीण हुन्छ । त्यसको बदलामा वर्तमानमा भएका सकारात्मक कुरामा ध्यान दिएमा हामीमा सकारात्मक ऊर्जा सञ्चार हुन्छ र हामी सशक्त हुन्छौं ।

२. ‘यदि’ होइन, ‘बावजुद’ सोच्ने

जब हामी आफ्नो जीवनमा केही खराब पक्ष देख्छौं, हामी सोच्छौं कि यदि ती खराब पक्ष नभइदिएको भए म यस्तो गर्थें, उस्तो गर्थें । यस्तो सोच हाम्रो दिमागमा चलिरहन्छ र खराब पक्षदेखि मन मुर्मुरी रहेको हुन्छ । यसले पनि हाम्रो मनलाई अशक्त र दुर्बल बनाउँछ ।

हामीले मनलाई सशक्त बनाउनु छ भने ‘यदि’ ठाउँमा ‘बावजुद’ शब्द राखेर सोच्नु पर्छ । जस्तो कि, ‘यदि म गरीब परिवारमा नजन्मिएको भए...’ को ठाउँमा ‘गरिबीको बावजूद पनि म ....’, ‘यदि मेरो बाल्यकाल नराम्रो नभइदिएको भए,...’ को ठाउँमा ‘मेरो बाल्यकाल राम्रो रहेन, त्यसको बावजुद पनि म...।’ यसरी जुन तरिकाबाट सोच्दा हामीले ऊर्जा प्राप्त गर्छौं, हामीले त्यसप्रकारले सोच्ने बानिको विकास गर्नुपर्छ ।



कसैलाई दोष दिइरहनाले मन नकारात्मकताले भरिन्छ । हामी आफ्नो दु:खको कारण अरुलाई ठहऱ्याइरहेको हुन्छौं । ती हाम्रै नजिकका मानिस नै हुन्छन् । साथै कहिलेकाहीं परिस्थितिलाई पनि दोष दिइरहेका हुन्छौं ।

३. ध्यानलाई आफ्नो लक्ष्यमा केन्द्रीत गर्ने

कुनै लक्ष्य लिएर हिँड्दा कैयौं बाधाहरु आउँछन् । बाधाहरु आउँदा हाम्रो मन बाधामै केन्द्रीत हुन पुग्छ । बाधामा मन अड्किँदा हामी असहाय महशुस गर्छौं, निराश हुन्छौं । त्यस्तो बेला यदि हामीले आफ्नो ध्यान फेरि लक्ष्यमा केन्द्रीत गरेमा हामीमा ऊर्जा आउँछ । वास्तवमा सबैभन्दा ठूलो उत्प्रेरणा भनेको हाम्रो आफ्नै लक्ष्य हो । जब परिस्थिति प्रतिकूल हुन्छ, मनले विश्वास गुमाउन थाल्छ । अनि नकारात्मक कुराहरु मनमा खेल्न थाल्छ, नकारात्मक भावनाहरु उत्पन्न हुन थाल्छ । त्यसबेला हामीले फेरि आफूमा विश्वास जगाउनुपर्छ । त्यो भनेको आफ्नो लक्ष्यमा विश्वास जगाउनुपर्छ । वा भनूँ कुनै समयमा पुगेर मैले साँच्चिकै आफ्नो लक्ष्य हासिल गर्ने छु भन्ने विश्वास जगाउने ।

४. आफूले गर्न सक्ने कुरामा केन्द्रीत हुने

कैयौं पटक हामी असहाय महशुस गर्छौं । वाध्यतामा परेको महशुस गर्छौं । सोचेका कति कुराहरु सहजै गर्न नसक्ने परिस्थितिमा पुग्छौं । त्यस्तो बेला हाम्रो सारा ध्यान गर्न नसकिने कुरा वा आफ्नो वशभन्दा बाहिरका कुरामा केन्द्रीत हुन पुग्छ । त्यसले गर्दा हामी कमजोरमात्र होइन, लाचार महशुस गर्छौं । त्यस्तो स्थितिमा सो परिस्थितिमै पनि के गर्न सक्छौं भन्ने कुरा सोच्नुपर्छ । विपरीत परिस्थितिमै पनि केही गर्न सकिने कुराहरु हुन्छन् । यदि हामीले गर्न नसकिने कुरामा पछुतो मानेर बस्नको साटो गर्न सकिने स-साना कुरा गर्न थालेमा आफैं शक्ति आउन थाल्छ । अनि हामी असहायपनको अनुभूतिबाट मुक्त हुन्छौं । आफ्नो हातमा नभएको ठूलो कुराले भन्दा आफ्नो हातमा भएको सानो कुराले हामीलाई सघाउँछ ।

५. प्रतिक्रियात्मक होइन, सिर्जनात्मक समाधान खोज्ने

जीवनमा जब नकारात्मक परिस्थितिहरु उत्पन्न हुन्छ, हामी नकारात्मक यथार्थप्रति प्रतिक्रियात्मक (रियाक्टिभ) हुन्छौं । बाहिर प्रतिक्रियात्मक नभए पनि मनभित्र प्रतिक्रियात्मक विचार चलि नै रहेको हुन्छ । प्रतिक्रियात्मक विचार या त निराशाले भरिएको हुन्छ या हिंसाले भरिएको पनि हुन्छ । हामी व्यक्तिगत जीवनका शत्रुहरू वा प्रतिकूल परिस्थितिसित प्रतिक्रियात्मक भइरहेका हुन्छौं । अझ व्यक्तिगतमात्र होइन, सामाजिक कुरीतिहरूसित पनि प्रतिक्रियात्मक भइरहेका हुन्छौं । यस्तो विचारले हाम्रो मन छटपटिन्छ मात्रै, त्यसले स्थितिलाई सुधार्दैन ।

छटपटिएको मनले तत्काल प्रतिक्रिया जनाउन पनि सक्छ । जस्तो कि हामीले रिसको आवेगमा गालीगलौज गर्ने वा कुट्ने पिट्ने पनि हुन्छ । वा घोर निराशामा आफैंलाई हानी गर्ने कार्य पनि हुन सक्छ । वा हामी चिन्तित वा भयभित भइरहेको पनि हुन सक्छ । यस्तो बेला हाम्रो विवेक अपहरित भइरहेको हुन्छ । त्यसैले यस्ता प्रतिक्रियात्मक कार्यले आफूलाई र परिस्थितिलाई झनै बिगार्छ मात्रै ।

प्रतिक्रियात्मक सोचलाई हामीले सिर्जनात्मक सोचले प्रतिस्थापन गर्न सक्छौं । जे खराब भयो, त्यसैमा मात्र घोत्लिरहँदा हाम्रो आँखा अगाडि नकारात्मकता वा अँध्यारोमात्र छाउँछ । त्यसैले हामीले समाधान राम्ररी देख्न सक्दैनौं । समाधानको लागि सिर्जनात्मक सोच आवश्यक हुन्छ । प्रतिक्रियात्मक मनस्थितिबाट एक छिनको लागि बाहिर आएर शान्त दिमागले सोचेमा समाधानका सिर्जनात्मक उपाय देखिन सक्छ । त्यसको लागि हामीले आफैंलाई प्रश्न गर्न सक्छौं, ‘यो खराब परिस्थितिमा मैले लिन सक्ने सबैभन्दा राम्रो कदम के हुन सक्छ ?’ प्रतिक्रियात्मक सोचबाट निस्किने एउटा प्रभावकारी उपाय हो, आफैंले आफैंलाई प्रश्न गर्नु । प्रश्न गरेपछि मन समस्याभन्दा समाधान वा उत्तर खोज्नतिर केन्द्रीत भइन्छ । अनि सिर्जनात्मक समाधान र विकल्पहरु देखिन थाल्छन् ।

६. दोष दिन छोड्दिनुस्

कसैलाई दोष दिइरहनाले मन नकारात्मकताले भरिन्छ । हामी आफ्नो दु:खको कारण अरुलाई ठहऱ्याइरहेको हुन्छौं । ती हाम्रै नजिकका मानिस नै हुन्छन् । साथै कहिलेकाहीं परिस्थितिलाई पनि दोष दिइरहेका हुन्छौं, समाजलाई दोष दिइरहेका हुन्छौं । अझ कतिपय अवस्थामा आफैंलाई दोष दिइरहेका हुन्छौं । त्यतिले पुगेन भने भगवानलाई नै दोषी बनाइरहेका हुन्छौं । हो, दोष सबैमा हुन्छ । हाम्रा दुश्मनहरुले हामीलाई अनेक तवरबाट दु:ख दिइरहेको हुन्छ । तर, दोषारोपणले मात्र हामीलाई कतै पुऱ्याउँदैन । जति जति हामी मनमनै दोषारोपण गरिरहेका हुन्छौं, त्यति त्यति हामी दु:खी र पीडित भइरहेका हुन्छौं ।

वास्तवमा, दोषारोपण गरिरहँदा हामी पीडित मानसिकता (भिक्टिम मेन्टालिटी) बाट ग्रस्त भइरहेका हुन्छौं । पीडित मानसिकताले हामी कतै पुग्दैनौं । खासमा के हुन्छ भने हामी अरुबाट पीडित भएकोप्रति बढी संवेदनशील हुन्छौं र हामी त्यसप्रति कुण्ठा बोकेर बाँच्छौं । तर, हामीले पनि अरुलाई सकुञ्जेल पीडित बनाइरहेका हुन्छौं, जुन कुरा हामीले याद गर्दैनौं वा बिर्सन्छौं, वा त्यसलाई गम्भीरतापूर्वक लिँदैनौं । यदि हामी खुशी हुन चाहन्छौं र जीवनमा अघि बढ्न चाहन्छौं भने दोषारोपण (ब्लेमिङ) गर्नुको सट्टा आफूले लिनुपर्ने जिम्मेवारी (क्लेमिङ) बारे सोच्नुपर्छ । त्यस खराब परिस्थितिमा तपाईंको जिम्मेवारी के हुन्छ ? आफूले निभाउनुपर्ने जिम्मेवारी वा भूमिका सोच्नुभयो भने तपाईं पीडित मानसिकताबाट मुक्त हुनु हुनेछ । खास गरी सामाजिक वा राजनीतिक दोषहरू देख्नुहुन्छ भने त यो झनै आवश्यक छ ।

७. जीवनलाई अर्थपूर्ण बनाउने

जीवनको आफैंमा कुनै अर्थ हुँदैन । तपाईंले जे अर्थ दिनुहुन्छ, त्यसले नै जीवनको अर्थ निर्धारण हुन जान्छ । भगवानले (वा अस्तित्वले) जीवनको अर्थ तपाईंको आफ्नै हातमा छोडिदिएको छ । तपाईंले आफ्नो जीवनलाई सानो अर्थमा सीमित गर्न पनि सक्नुहुन्छ, वा विशाल अर्थ पनि दिन सक्नुहुन्छ । कति ठूलो अर्थ प्रदान गर्ने तपाईं आफैंमा निर्भर छ । तर, खास कुरा के भने जीवनलाई जति अर्थपूर्ण बनाइन्छ, त्यति नै तपाईंमा आन्तरिक शक्ति जागृत हुन्छ । तपाईंको जीवन सानो अर्थमा सीमित छ भने सानातिना कुरामा पनि धेरै दु:ख महशुस हुन्छ । यदि जीवनको अर्थ विशाल छ भने दु:खले तपाईंलाई खासै छुँदैन ।

सम्यक व्यायामको अभ्यास

माथि दिइएका सात बुँदाले तपाईंलाई आफ्नो मन बुझ्न मद्दत गर्छ । विचारहरु ती सातमै सीमित हुने पनि होइन, तर सुरुवातको लागि सहयोगी हुन्छ । जे होस्, सम्यक व्यायामको अभ्यास भनेको मनमा कुन प्रकारको विचार चल्दैछ भन्ने कुरा हेर्ने वा सजग रहने हो । त्यसले मन, भावना र शरीरमा कस्तो प्रभाव पार्दैछ भनेर हेर्ने वा बुझिरहने हो । नकारात्मक विचारलाई नकार्न आवश्यक छैन, बुझिरहे पनि पुग्छ । नकारात्मक विचारसित लड्न थाल्नुभयो भने झनै तनावको अवस्था पैदा हुन्छ । सम्यक व्यायामको अभ्यासमा मात्र बुझिरहने हो, कतै मनले विगतलाई कोस्दैछ कि कसैलाई दोषारोपण गर्दैछ कि गुनासो गर्दैछ । त्यसले हामीलाई सशक्त गर्दैछ वा असक्त । साथै, त्यस्तो विचारको परिणाम स्वरुप कस्तो भावना पैदा भइरहेको छ, र शरीरमा कस्तो प्रतिक्रिया उत्पन्न भइरहेको छ, बुझिरहनु नै काफी छ ।

जब हाम्रो मन अचेतरुपमा चल्छ, तब त्यो अनियन्त्रित भई जताततै बगिरहन्छ । तर, जब हामी सचेत हुन्छौं, त्यो आफैं सही ठाउँमा आउन थाल्छ । न त हामीले मनको नकारात्मकतासित दुस्मनी गर्न आवश्यक छ, न सकारात्मकताको आग्रह नै । नकारात्मकतासित दुस्मनी गर्दा द्वेष उत्पन्न हुन्छ, जुन आफैंमा झनै नकारात्मक अवस्था हो । सकारात्मक वा खुशीको आग्रह गर्नु भनेको राग हो । राग पनि आफैंमा नकारात्मक कुरा हो । बिना आग्रह सजग भइरहने अभ्यासले मन प्रशिक्षित हुँदै जान्छ । अनि मनमा अशक्त बनाउने विचार आफैं कम हुँदै जान्छ र सशक्तता बढाउने मनस्थिति बढ्दै जान्छ । अब जीवनलाई आनन्दमय बनाउने सूत्र तपाईंको हातमा परिसकेको छ ।

(लेखक: साहित्यकार तथा बौद्ध दर्शनका अध्येता हुन् । उनका पुस्तक ‘कन्सियस लीडरशिप’ अँग्रेजीमा छ भने नेपालीमा ‘क्षितिजको स्पर्श’ र ‘कवितामा आकाश’ प्रकाशित छन् ।)

-रातोपाटीबाट

महाकाली सन्धिको २७ वर्षपछि टनकपुरबाट नेपालले पायो पानी

काठमाडौं/नेपालले टनकपुर बाँधबाट महाकाली नदीको पानी पाउन थालेको छ । नेपाल र भारतबीच महाकाली सन्धि भएको २७ वर्षपछि नेपालले टनकपुर बाँधबाट पानी पाउन थालेको हो । सिंचाइ विभागका महानिर्देशक सुशीलचन्द्र आचार्यका अनुसार भारतले पूर्वाधार निर्माण सकाएर टनकपुरबाट नेपालतर्फको भूभागमा परीक्षणका रुपमा पानी छाड्न थालेको हो । 'पहिलोपटक टनकपुर ब्यारेजबाट हामीले पानी पाउन थालेका छौं, यो लामो समय अलमलिएको योजना थियो, टनकपुरबाट पानी पाउनु उपलब्धीपूर्ण हो,' उनले भने, 'यसले महाकाली सन्धि कार्यान्वयनमा थप सघाउ पुग्नेछ ।'

आचार्यका अनुसार आगामी माघ १५ गते टनकपुरबाट आएको पानीबाट नेपाली भूभागमा रोपाइँ गर्ने कार्यक्रम समेत राखिएको छ । 'बबुन र कालापानी क्षेत्रमा मूल नहरबाट पानी लगेर खेतमा रोपाइँ पनि गर्दैछौं ।'

महाकाली सन्धिअनुसार भारतले टनकपुर बाँधबाट सुख्खायाममा तीनसय क्युसेक तथा वर्षायाममा एक हजार क्युसेक पानी नेपालतर्फ पठाउनुपर्छ । नेपालले टनकपुर ब्यारेजबाट पाउने पानी उपयोगका लागि महाकाली सिँचाइ आयोजना (तेस्रो) तयार गरिरहेको छ । महाकाली सन्धिले टनकपुर बाँधको बायाँतर्फ हेड रेगुलेटर (पानी नियन्त्रक संयन्त्र) सहित नेपाल-भारत सीमासम्मको नहर भारतले नै निर्माण गर्नुपर्ने उल्लेख छ । सन्धिअनुसार टनकपुर ब्यारेजबाट

भीमदत्त नगरपालिका-९ मटिनाको नेपाल-भारत सीमा १२ सय मिटर नहर बनाउनुपर्ने थियो ।

तर, लामो समयसम्म भारतलले यसमा अनाकानी गर्दै आएको थियो । तर, करिब २ वर्षअघि यसका लागि सहमत भएको थियो । लामो सयमको अन्तरविरोध समाधान गरेर भारतले सन्धिअनुसार आफ्नो भूभाग हुँदै नेपालसम्म जोड्ने नहर बनाउन थालेको थियो ।

नेपालले सन् २०१४ मा नै यो नहर तयार गर्ने गरी अफ्नो प्राविधिक प्रस्ताव पठाएको थियो । तर, भारतीय पक्षले प्राविधिक कारण देखाउँदै निर्माणमा आनाकानी गर्दै आएको थियो ।

पुस २०७७ मा तत्कालीन ऊर्जासचिव दिनेशकुमार घिमिरेको भारत भ्रमणमा सीमासम्म जोड्ने लिंक नहर भारतले तत्कालै निर्माण गर्ने सहमति भएको थियो । त्यसपछि मात्रै भारतले नहर निर्माणको काम तीव्र पारेको थियो ।

आव २०६३/६४ देखि नेपालले यही नहरबाट पानी ल्याएर सिंचाइ गर्ने गरी महाकाली सिंचाइ-तेस्रो आयोजनामा लगानी गरिरहेको छ । आयोजना अन्तरगत कञ्चनपुरको मटिनादेखि कैलालीको मालाखेतसम्म मूल नहर बनाइँदैछ । करिब ४२ किलोमिटरको मूल नहरमध्ये २८ किलोमिटर तयार भइसकेको महानिर्देशक आचार्यले जानकारी दिए । २८ किलोमिटरको सहायक नहर निर्माण गर्न टेन्डर भइसकेको उनले बताए ।

'त्रिभुवननगरतर्फ पानी लैजाने गरी नहर बनाउन पनि डिजाइनको काम सक्दैछौं,' उनी भन्छन्, 'यो आयोजना अब राष्ट्रिय गौरवको भएकाले कामले थप गति लिन्छ ।'यो आयोजना बनेपछि मूल रुपमा ब्रह्मदेव र त्रिभुवननगर क्षेत्रमा बाह्रैमास सिंचाइ सुविधा पुग्नेछ । यो नहर बनेपछि कैलाली र कञ्चनपुरको ३३ हजार हेक्टर जमिनमा सिंचाइ सुविधा पुग्ने छ । महाकालीबाट अर्को योजना बनाएर पानीलाई सिंचाइका लागि दोधारा चाँदनीसम्म पुऱ्याउने सरकारी योजना पनि छ ।भारतले सन् १९२८ मा महाकालीको पानी उपयोग गर्न शारदा ब्यारेज बनाएको थियो । तर, नेपालले शारदा ब्यारेको पानी लिन सन् १९७५ बाट मात्रै महाकाली पहिलो आयोजनामार्फत आफ्नो तर्फ पानी ल्याउन नहर खन्न थालेको थियो । पछि शारदा बाँधबाटै पानी ल्याउने गरी महाकाली दोस्रो आयोजना पनि बनाएर सिँचाइ सुविधा विस्तार गरिएको थियो । अहिले शारदा ब्यारेजबाट नेपालले पानी पाइरहेको छ । शारदा ब्यारेज कमजोर भएपछि २०४७ सालमा टनकपुरमा अर्को बाँध निर्माण गरिएको थियो । तर, टनकपुरबाट पानी दिन भने भारतले आनाकानी गरिरहेको थियो । अब टनकपुरबाट पनि नेपालले पानी पाउन थालेपछि स्थानीय किसान पनि खुसी छन् ।

भारतले टनकपुरबाट सन्धिअनुसारकै पानी छोडेमा उपयोग गर्ने गरी सिंचाइ पूर्वाधार तयार भने भइसकेको छैन । अहिले तयार रहेको पूर्वाधारले करिब ३ हजार हेक्टरमा तत्कालै सिंचाइ सुविधा पुग्ने अवस्था छ । शाखा नहरहरु विस्तार गरेर सकेसम्म अधिकतम् पानीको उपयोग गर्ने योजना रहेको विभागले बताएको छ ।

महाकाली तेस्रोको सन् २००१ मा विस्तृत सम्भाव्यता अध्ययन भएको थियो । ११ अर्ब १६ करोड रुपैयाँमा बन्ने अनुमान गरिएको आयोजनाको लागत अहिले ३५ अर्ब नाघ्ने देखिएको महालेखा परीक्षकको प्रतिवेदनले जनाएको छ । गुरुयोजनाअनुसार समयमा काम नहुँदा अनुमानित लागत २१४ प्रतिशतले बढेको महालेखाको ठहर छ । *(स्रोत: अनलाइनखबर)*

सई साह उत्कृष्ट प्रहरी घोषित

हेटौंडा, १३ असार/ मकवानपुरमा जेठ महिनाको उत्कृष्ट प्रहरी प्रसनि राजेशप्रसाद साह घोषित भएका छन् ।

मकवानपुरगढी गाउँपालिका-५ स्थित अस्थायी प्रहरी पोष्ट धादिङका इञ्चार्ज साह जेठ महिनाको उत्कृष्ट प्रहरी ठहरिएका हुन् ।

जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरले हरेक महिना उत्कृष्ट प्रहरी घोषित गर्दै आएको छ । जेठमा उत्कृष्ट चुनिएका साहले चौकीलाई व्यवस्थित बनाउनुका साथै चौकी परिसरमा मन्दिर स्थापना परेका छन् ।

जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरले सोमबार साहलाई जिल्लाकै उत्कृष्ट प्रहरी घोषणा गरेको हो । साह जिल्ला प्रहरी कार्यालय सप्तरी अपराध नियन्त्रण तथा अनुसन्धान शाखा दरबन्दी भई मकवानपुरको धादिङमा कार्यरत् छन् ।

साहले आफूलाई सुम्पिएको जिम्मेवारी प्रशंसनीय ढंगबाट सम्पादन गरेको, प्रहरी पोष्टको भवनलाई जनप्रतिनिधिसँग समन्वय गरी मर्मत सम्भार गरी कार्यालयलाई व्यवस्थित बनाएको विवरण उल्लेख छ ।

यस्तै, कार्यालय परिसर भित्र प्रहरी कर्मचारीहरुको लागि सुबिधा सम्पन्न स्नान गृह र शौचालय निर्माण गरेको, २०७९ बैशाख ३० गतेको स्थानीय तह निर्वाचनमा म्यादी प्रहरीहरुलाई व्यवस्थित तरिकाले तालिम सञ्चालन गरी परिचालन गरेको, स्थानीय जनप्रतिनिधि, विभिन्न संघसंस्था, क्लब र जनतासँग सुमधुर सम्बन्ध बनाई समन्वय गरी चुस्त दुरुस्तरुपमा प्रहरी परिचालन गरी अपराध नियन्त्रण न्युनीकरण गरेको विवरणमा उल्लेख गरिएको छ ।

प्रि-सिजन टुरका लागि दुई देशको भ्रमणमा एनआरटी

काठमाडौं/ए डिभिजन क्लब न्युरोड टिम (एनआरटी) प्रि-सिजन टुर लागि सोमबार मलेसिया प्रस्थान गर्दैछ ।

एनआरटीले सोमबार एक कार्यक्रमको आयोजना गरेर मलेसिया र थाइल्याण्ड जाने ३० सदस्यीय टोलीलाई बिदाइ गरेको छ । क्लबका अध्यक्ष सुन्दरनरसिंह जोशी, पूर्वअध्यक्ष नरेन्द्र श्रेष्ठ लगायत क्लबका पदाधिकारीले टोलीलाई बिदाइ गरेका थिए ।एनआरटीले मलेसियाको पेनाङमा आयोजनामा हुने टिवाइटी कप फुटबल प्रतियोगिता खेल्नेछ ।

जसमा मलेसियाको सुपर लिग क्लब पेनाङ एफसी र इन्डोनेसियाको लिग-२ क्लब कारो एफसीसँग प्रतिस्पर्धा गर्नेछ । एनआरटीले ३० जुनमा कारो एफसी र २ जुलाईमा पेनाङ एफसीसँग प्रतिस्पर्धा गर्नेछ । लिगको अंकको आधारमा विजेता र उपविजेता टोलिको टुंगो लाग्नेछ ।

प्रतियोगिता पेनाङका शहर प्रमुख मिस्टर याङले पदबहाली ग्रहण गरेको पहिलो बार्षिकोत्सवको अवसरमा आयोजना हुन लागेको हो । प्रतियोगिता २८ जुनदेखि २ जुलाईसम्म हुनेछ । २० हजार दर्शक क्षमता भएको पेनाङ सिटी रंगशालामा हुने प्रतियोगिताको विजेताले १० हजार मलेसियन रिङ्गेट पुरस्कार जित्नेछ ।

उपविजेता टोलीले ५ हजार मलेसियन रिङ्गेट पुरस्कार जित्नेछ ।एनआरटीले थाइल्याण्डमा ३ मैत्रीपूर्ण खेल खेल्ने तालिका रहेको छ । जसमध्ये एक खेल थाई लिग वान क्लव चोनबुरी एफसीसँग खेल्ने छ ।

एनआरटीको टोली मलेसियाबाटै थाइल्याण्ड जाने तालिका रहेको छ । टुरका लागि मिडफिल्डर विशाल राई, डिफेन्डर रन्जित धिमाल, डिफेन्डर छिरिङ गुरुङ, मिडफिल्डर गौरव श्रेष्ठ र रुमेश बर्तौलालाई समेत अनुबन्ध गरेको छ । त्यस्तै एनआरटीले मिडफिल्डर सुवास गुरुङ, मिडफिल्डर निकालोस फर्नान्डेज, सन्जोक राई र क्यामरुनका गोलकिपर टोलो ल्यान्ड्रीलाई समेत अनुबन्ध गरेको थियो ।

(स्रोत: सेतोपाटी)

वर्षाका कारण काठमाडौंको फोहोर व्यवस्थापनमा पुनः समस्या

काठमाडौं/केही दिनदेखि नियमित परेको वर्षाको कारण काठमाडौं उपत्यकाको फोहोर व्यवस्थापनमा पुनः समस्या आएको छ। काठमाडौंदेखि बञ्चरेडाँडासम्म पुग्ने सडकमा निरन्तर परेको पानीले समस्या आउँदा नियमित रूपमा गाडीहरू जान सकेका छैनन्।

सामान्य अवस्थामा प्रतिदिन ३०० वटासम्म फोहोरका गाडी बञ्चरेडाँडा पुग्ने गरेका थिए। पानीको कारण बाटो अवरोध हुँदा अहिले मुस्किलले १०० गाडीले मात्र व्यवस्थापन गर्दै आएको काठमाडौं महानगरपालिका वातावरण विभाग प्रमुख सरिता राईले जानकारी दिइन्।

कोल्फु खोलादेखि नै कच्ची सडक रहेको र यसअघि फोहोर व्यवस्थापन गर्दै आएको सिसडोल पार गर्दै फोहोरकै डंगुरबाट गाडीहरू बञ्चरेडाँडा जानुपर्ने हुँदा समस्या भएको प्रमुख राईले बताइन् । गत फागुनदेखि सिसडोल बञ्चरेडाँडा स्थानीय र जनप्रतिनिधिले विभिन्न माग राख्दै अवरोध गर्दा फोहोर व्यवस्थापन हुन नसक्दा उपत्यकामा दुर्गन्ध फैलिएको थियो।

सिसडोल र बञ्चरेडाँडाका स्थानीयवासीको समस्या समाधान गर्न केही दिनअघि स्थानीय र जनप्रतिनिधिसँग काठमाडौं महानगरपालिकाले १८ बुँदे सहमति गरी फोहोर व्यवस्थापनको काम नियमित गर्दै आएको थियो।

तत्कालका लागि स्थानीयवासीको अवरोध हटे पनि हरेक दिन पानी पर्दा समस्या दोहोरिएको महानगरको भनाइ छ। यसैबीच महानगरले आगामी साउन १ गतेदेखि स्रोतबाटै फोहोरको वर्गीकरण नगरे जरिवाना लाग्ने भन्दै सूचना जारी गरिसकेको छ। फोहोर सहजै व्यवस्थापन गर्न आगामी साउन १ गतेदेखि कुहिने र नकुहिनेलाई स्रोतमै वर्गीकरण गर्न लागेको महानगरले जनाएको छ ।

काठमाडौं महानगर, सिसडोल र बञ्चेरडाँडा ल्यान्डफिल साइटका प्रभावित स्थानीयवासी र स्थानीय तहसँग आगामी साउन १ गतेदेखि स्रोतमै फोहोर वर्गीकरण गर्ने सहमतिअनुसार यस किसिमको अभ्यास गर्न लागिएको हो । वातावरण विभागका अनुसार फोहोर संकलन क्रममा पृथकीकरण नगरेको पाइए हरेक पटक पाँच सय रूपैयाँ जरिवाना गरिनेछ। *(स्रोत: सेतोपाटी)*

गगन र विश्वप्रकाशको कसिलो साझेदारी

काठमाडौं/नेपाली कांग्रेसका महामन्त्री गगनकुमार थापाले १ असारको प्रतिनिधिसभा बैठकमा अमेरिकी स्टेट पार्टनरसीप प्रोग्राम (एसपीपी) बारे प्रधानमन्त्रीको जवाफ मात्र मागेनन्, नेपाल सहभागी हुन नदिने अडान लिए ।

उनले भनेका थिए, 'नेपाली सेना संलग्न हुने कुनै पनि साझेदारी, चाहे छिमेकी देश हो, चाहे शक्ति राष्ट्र होस्, नेपाल त्यसमा त्यसमा सहभागी हुन सक्दैन, हुन पाउँदैन, दिइँदैन ।'

महामन्त्री थापा यस्तो बेलामा बोलेका थिए, जतिबेला विपक्षीले एसपीपीलाई लिएर प्रधानमन्त्री शेरबहादुर देउवामाथि लगातार प्रश्न उठाएका थिए । थापाले पार्टीमा छलफल समेत नगरी एसपीपीमा सहभागी हुन नहुने अडान राखेपछि कांग्रेस सांसदहरुले पनि अनौठो मानेका थिए ।

तर साँझ अर्का महामन्त्री विश्वप्रकाश शर्मा एसपीपीको मुद्दामा गगनसँगै उभिए । एसपीपी स्वीकार्य छैन भनेर अमेरिकालाई प्रष्ट भन्नुपर्ने भन्दै उनले ट्वीटरमा लेखे, 'कांग्रेसको धारणा यही बन्नेछ र कांग्रेसको नेतृत्वको सरकारले यही धारणा प्रतिनिधित्व गर्नेछ ।'

कांग्रेसका महामन्त्रीद्वयले एसपीपी अस्वीकार गर्ने पत्र लेख्नुपर्ने भन्दै ६ असारमा बालुवाटार पुगेर पार्टी सभापति समेत रहेका प्रधानमन्त्री शेरबहादुर देउवालाई भेटे । भेटमा देउवा महामन्त्रीद्वयले बनाएको सार्वजनिक अडानप्रति सन्तुष्ट देखिएका थिएनन् । दुई महामन्त्रीले वस्तुगत अवस्था जानकारी गराएपछि देउवा एसपीपीमा सहभागी नहुने औपचारिक पत्र अमेरिकालाई लेख्ने निर्णय गर्न बाध्य भए ।

कांग्रेस नेताहरुका अनुसार एसपीपी मात्र होइन, पार्टीको आन्तरिक र राष्ट्रिय राजनीतिका अरु मुद्दामा पनि दुई महामन्त्रीको साझेदारी कसिलो देखिएको छ ।

गत मंसिर २०७८ मा भएको कांग्रेसको १४औं महाधिवेशनमा गगन, शेखर कोइराला र विश्वप्रकाश, प्रकाशमान सिंह प्यानलबाट महामन्त्री लडेका थिए । महाधिवेशनबाट दुई महामन्त्री निर्वाचित हुने भएकाले शेखर समूहले डा. मिनेन्द्र रिजाललाई अघि साऱ्यो भने देउवाको प्यानलबाट भने डा. प्रकाशशरण महत र प्रदीप पौडेल महामन्त्रीका उम्मेदवार थिए ।

अघिल्लो कार्यकालमा

प्रवक्ता रहेका विश्वप्रकाश यो पटक देउवा प्यानलमा नअटाएपछि शेखर समूहमा जान चाहे । तर त्यो समूहबाट पनि उम्मेदवार तय भइसकेका कारण प्रकाशमान सिंह समूहमा पुगे ।

महाधिवेशन प्रतिनिधिले प्यानलको सूची भत्काउँदै गगन र विश्वप्रकाशलाई महामन्त्री चुने । गगन ३०२३ मत ल्याएर महामन्त्री चुनिँदा विश्वप्रकाशले १९४८ मत पाएका थिए । जबकी उनको सभापतिका उम्मेदवार प्रकाशमान सिंहले मुश्किलले ३०० मत कटाएका थिए ।

जितसँगै हार्दिकता

विद्यार्थी राजनीतिबाट उदाएका गगन र विश्वप्रकाश कांग्रेसको नेतृत्व गर्ने महत्वाकांक्षा राख्छन् । दुबै एकै पटक महामन्त्री निर्वाचित भएपछि महत्वाकांक्षा बढ्ने मात्र होइन, प्रतिस्पर्धी र इर्ष्याभाव आउने सम्भावना थियो । तर उनीहरुले केन्द्रीय कार्यसमितिको बैठकमा प्रस्ताव आलोपालो पेश गर्ने सहमति गर्दै साझेदारीको सुरुवात गरे, जुन विगतका महामन्त्रीहरुमा कम देखिएको थियो ।

१२ औं महाधिवेशनबाट दुई महामन्त्रीको व्यवस्था भएपनि यसअघि एक जना महाधिवेशनबाट चुनिने र अर्को सभापतिले मनोनित गर्ने व्यवस्था थियो । १२औं महाधिवेशनबाट प्रकाशमान सिंह महामन्त्री चुनिए भने कृष्ण सिटौला मनोनीत भए । तत्कालीन सभापति सुशील कोइरालाले सिटौलासँग काम गर्न सहज मान्दा महाधिवेशनबाट महामन्त्री चुनिएका प्रकाशमान पार्टीको भूमिकामा कम देखिए । १३ औं महाधिवेशनबाट शशांक कोइराला महामन्त्री निर्वाचित भए ।

तर सभापति शेरबहादुर देउवाले मनोनित महामन्त्री पूर्णबहादुर खड्कालाई पार्टीको भूमिकामा महत्व दिए । यो पटक पनि गगन र विश्वप्रकाश मध्ये कुनै एकले सभापतिको 'प्रिय' हुन खोजेको भए अर्का महामन्त्री भूमिकाविहीन हुनसक्थे । तर दुबैले आपसमा सहकार्यको बाटो रोजेका छन् ।

युवा पुस्ताका दुई महामन्त्रीको सहकार्यलाई स्वभाविक मान्छन् राजनीतिक विश्लेषक कृष्ण खनाल । 'कांग्रेसका विगतका महामन्त्री अर्कमन्यतामा थिए । अहिलेका महामन्त्री दुई जनाले सभापतिलाई झक्झकाउने काम गरेका छन्' खनाल भन्छन्, 'शीर्ष नेताहरु बोलेको बिक्ने अवस्था छैन । युवा पुस्ताबाट महामन्त्री बनेका उनीहरुको राजनीतिक आकांक्षा पनि छन् । महामन्त्रीहरुले सक्रियता नदेखाए त अर्थै भएन नि !'

कांग्रेस नेताहरुका अनुसार, दुबै महामन्त्री देउवा टिमको उम्मेदवार नभएकाले पनि यो वातावरण बनेको हो । 'गगन संस्थापन इतरको राजनीति गर्दै यहाँसम्म आएकाले सभापतिसँग जाने कुरै भएन । विश्वप्रकाश उनकै टिमबाट विद्रोह गरेर आएका हुन्,' एक केन्द्रीय सदस्य भन्छन्, 'विश्वप्रकाश, देउवा क्याम्पमै रहेको भए गगनसँग सहकार्य अलि कठिन हुने थियो ।' पार्टीलाई विधि, पद्धति र विधानअनुसार चलाउने बाचा गरेर आएका महामन्त्रीद्वय एक ठाउँमा उभिएपछि सभापति देउवालाई विगतकै जस्तै गरि पार्टी चलाउने सहजता भएन ।

देउवामाथि दबाव

अघिल्लो कार्यकाललाई हेर्ने हो भने देउवा विधानअनुसार चल्दै नचाहने सभापति हुन् । तर दोस्रो कार्यकालको सुरुवाती तीन महिनालाई विश्लेषण गर्दा महामन्त्रीद्वय गगन र विश्वले देउवालाई त्यो छुट दिएनन् । कार्यसम्पादन समिति बनाउन लगाए, हरेक दुई महिनामा केन्द्रीय कार्यसमितिको बैठक बस्ने विधानको व्यवस्था कार्यान्वयन गराए ।

सभापति देउवाले विधान कार्यान्वयन नगर्ने कार्यलाई रोक्न थोरै भए पनि महामन्त्रीद्वय सफल भएको बताउँछन्, केन्द्रीय सदस्य डा. गोविन्द पोखरेल । 'कार्य सम्पादन समिति बन्यो । महाधिवेशन नगर्ने भ्रातृ संस्था भंग गरेर एउटा प्रणालीमा लाने कार्य उहाँहरु दुईको तत्परतामा सम्भव भयो,' उनी भन्छन्, 'घरघर जाऔं, कांग्रेस जिताऔं र स्थानीय तह निर्वाचनका लागि बनेको संकल्प प्रस्ताव अनुकरणीय कार्य हुन् ।'

स्थानीय तह निर्वाचनको बेला टिकट वितरणका लागि संसदीय समिति गठन गराए । देउवा शीर्ष नेताहरुसँग परामर्श गरेर टिकट बाँड्न चाहन्थे, तर महामन्त्रीद्वयले अडान लिएपछि पदाधिकारी बाहेक वरिष्ठ नेता रामचन्द्र पौडेल समेत सहभागी हुने गरी संसदीय समिति बनाइएको छ ।

विधानत: समिति आफैंले टिकट बाँड्नुपर्ने हो, तर बैठक बसेर सभापतिलाई अधिकार दिने निर्णय गऱ्यो । यद्यपि, विधानत: कांग्रेसको संसदीय समिति २५ सदस्यीय हुने व्यवस्था छ । समिति नै नबन्ने अवस्थामा यतिसम्म गर्न सक्नु पनि उपलब्धी भएको पदाधिकारीहरु बताउँछन् ।

कांग्रेसको विधानअनुसार हरेक वर्ष क्रियाशील सदस्यता वितरण र नवीकरण गर्नुपर्ने व्यवस्था छ । विधानको उक्त व्यवस्था कार्यान्वयन नगरी महाधिवेशनकै वर्षमा क्रियाशील सदस्यता वितरण र नवीकरण गर्ने कांग्रेसको प्रचलन थियो । विगतको उक्त परम्परालाई यसपटक देखि महामन्त्रीद्वयले तोडेका छन् । क्रियाशील सदस्यता वितरण तथा नवीकरण थाल्ने र त्यसकै विषयमा महिनौं विवाद गरिरहने परम्परा हटाउने प्रयास भएको छ ।

विधानअनुसार सबै तहका सभापतिले आफ्नो क्षेत्राधिकार प्रयोग गरेर विभाग तथा समिति गठन गर्न परिपत्र गरिएको महामन्त्री शर्माले बताए । केन्द्रीय समितिको बैठकमा लम्बेतान बनाउने र एउटै व्यक्ति घण्टौं बोलिरहने विगतको परम्परालाई दुई महामन्त्रीकै बलमा तोडिएको छ ।

सहज छैन अबका दिन

सुरुका दिनमा सभापतिलाई विधानअनुसार हिँडाउन सफल देखिएका महामन्त्रीद्वय अहिले पनि एकै ठाउँमा छन् । तर सभापति देउवाले उनीहरुलाई सुन्न छाडेका छन् र, पनि विधि मिच्दै जाने संकेत देखाएका छन् ।

खासगरी स्थानीय निर्वाचनमा तालमेलको विषय प्रवेश पाएसँगै आन्तरिक पार्टीको आन्तरिक पद्धति खल्बलिन पुगेको थियो । विधान अनुसार प्रत्येक दुई महिनामा केन्द्रीय समिति र कार्यसम्पादनको बैठक प्रत्येक महिना बस्नुपर्ने हुन्छ । चैत १५ पछि केन्द्रीय समितिको बैठक बस्न सकेको छैन । केन्द्रीय समिति पछिको बलियो संरचनाका रुपमा रहेको कार्य सम्पादन समितिको बैठक बैशाख ११ पश्चात् बस्न सकेको छैन ।

विधानअनुसार २८ वटा विभाग महाधिवेशन भएको ६ महिनाभित्र गठन गरिसक्नुपर्ने थियो । सभापतिले विभाग गठन गर्ने सुरसार नदेखाएपछि ६ असारमा भेटेका महामन्त्रीद्वयले १० गतेभित्र कम्तिमा पनि ५ विभाग भएपनि गठन गरि विधान कार्यान्वयन गर्न जोड दिएका थिए । केन्द्रीय समिति र कार्यसम्पादन समितिले पूर्णता पाउन सकेको छैनन् । १६८ सदस्यीय केन्द्रीय समितिमा हालसम्म मनोनित समेत गरेर १४८ जना छन् । केन्द्रीय समितिको पूर्णताका लागि देउवाले थप २० जना मनोनित गर्नुपर्ने हुन्छ । विधान अनुसार ४६ सदस्यीय कार्य सम्पादन समिति हुनुपर्नेमा देउवाले ३७ सदस्यीय गठन गरेका छन् ।

तीनै तहका निर्वाचन सकिएको ३ महिनाभित्र महाधिवेशन गर्ने कार्यादेश दिएर तदर्थ समिति बनाउने गरी ३ फागुनमा तरुण दल, नेविसंघसहित १० भ्रातृ संस्था भंग गरिएको थियो । त्यसबेला भ्रातृ संस्थाको केन्द्रीय समिति गठन गर्ने अधिकार सभापति देउवालाई दिइएको थियो । हालसम्म चार भ्रातृ संस्थाको मूल नेतृत्व मात्रै देउवाले मनोनित गरेका छन् भने अरुमा नेतृत्व समेत तोक्न सकिएको छैन ।

त्यसैले विधान उल्लंघन हुने कार्यलाई रोक्नु महामन्त्रीद्वय गगन र विश्वको चुनौती भएको केन्द्रीय सदस्य डा. गोविन्द पोखरेल बताउँछन् । तर सभापति देउवालाई पनि महामन्त्रीद्वयलाई उपेक्षा गरेर अघि बढ्न सहज नभएको बताउँछन्, राजनीतिक विश्लेषक खनाल । 'उनीहरुले महामन्त्री जित्दा आनो समूहबाट मात्र मत पाएका होइनन्, उनीहरुको बोली उपेक्षा गर्ने अवस्था छैन' खनालले भने, 'सभापति देउवाले जबरजस्ती पेले बेग्लै कुरा हो ।'

(स्रोत:अनलाइनखबर)

'सिद्धार्थ र जुनाले जिते 'मिस्टर एण्ड मिस एसइई २०२२'को उपाधि

काठमाडौं/मिस्टर एण्ड मिस एसईई सुपर मोडल, २०२२' को शीर्ष उपाधि सिद्धार्थ तामाङ र जुना श्रेष्ठले जितेका छन् । एभरेष्ट इभेन्ट्सले आयोजना गरेको कार्यक्रममा उनीहरूले उपाधिसँगै ५० हजार रूपैयाँ, उच्च शिक्षा अध्ययनको लागि छात्रवृत्ति, एभरेष्ट फिल्म एकेडेमीमार्फत करिब एक लाख बराबरको छात्रवृत्ति, नेपाल एयरहोस्टेस एकेडेमीमार्फत एयरहोस्टेस अध्ययन छात्रवृत्तिसँगै अन्य विभिन्न आकर्षक उपहार पाएका छन्।

त्यस्तै, कावेल लम्साल र अलिशा वाइबा तामाङ 'फस्ट रनरअप' बन्दा विनय राई र आकृति पोखरेल 'सेकेन्ड रनरअप' भए। विधागततर्फ 'ग्लोबल अनलाइन पे'मार्फत गरिएको अनलाइन भोटिङमा सर्वाधिक भोट प्राप्त गर्दै शीर्षक नेपाल, न्यिमा वाङ्मो र प्रेशिका

मल्ल ठकुरीले 'मस्ट पपुलर'को अवार्ड हात पारेका थिए।

अविलेख राव र लसता मानन्धर 'अर्गनाइजर च्वाइस', 'मिङ्गमार शेर्पा' र जेनिया गुरुङ 'ब्राण्ड एम्बासडर' र पुजा थापा 'ब्युटी वीथ ब्रेन' घोषित भए। प्रतियोगिताको निर्णायकमा सिल्भर स्टार इन्टरटेन्मेन्टका सिइओ, मोडल तथा कोरियोग्राफर सनिश शाक्य, फेशन कोरियोग्राफर, नायक तथा मोडल दिक्पाल कार्की, फेशन कोरियोग्राफर, नायिका तथा मोडल प्रियारानी लामा, मेकअप आर्टिस्ट तथा मोडल निलिमा पौडेल, अभ्यानी प्रोडक्सनका सिइओ अभिबिन्द खनिया र जीएसके भर्साटाएलकी सञ्चालिका तथा फेशन डिजाइनर गोमा तिवारी रहेका थिए।

आर्शु महर्जन र सुगन्धा अधिकारीको कोरियोग्राफी रहेको उक्त प्रतियोगितालाई रोजिन शाक्यले सञ्चालन गरेका थिए।

(स्रोत: सेतोपाटी)

आकर्षक घडेरी बिक्रिमा

हेटौंडा उपमहानगरपालिका-१२ हात्तिगौडा, रमेशचोकमा १० धुरको आकर्षक घडेरी बिक्रीमा छ । पानी, विजुली र राम्रो बाटो पुगेको मुख्य चोकमा अवस्थित घडेरी किन्न इच्छुकले तुरुन्त सम्पर्क गर्नुहोस् ।

सम्पर्क: ९८४५०७१०६५, ९८४५२९०३९१

के तपाई फोटो कपी प्रिन्टर मेसिन किन्दै हुनुहुन्छ ?

Brother, Canon, HP, Sharp Ricoh, Epson, Kyocera, Lexmark

टोनर रिफिलिङ्ग, प्रिन्टर, कम्प्युटर, फोटोकपी लगायतको सर्भिस छिटो छरितो र भरपर्दो रुपमा गर्नुभई ढुक्क हुनुहोस् ।

एक बर्षको वारेन्टीका साथै दुई बर्ष फ्रि सर्भिस पनि गरिन्छ प्रिन्टर किन्दा एउटा कार्टेज सित्तैमा लैजानुहोस् ।

Printer Shop
The complete office solution

Contact No. 9845292140, 057-527041, Schoolroad, Hetauda-4

tonerhouse_htd@yahoo.com

हेटौंडा अस्पताल सुधारमा मन्त्रीको चासो

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, १३ असार/ हेटौंडा अस्पतालको व्यवस्थापनका कारण उत्पन्न असहज परिस्थितिको समाधानका निम्ति बागमती प्रदेशका स्वास्थ्य मन्त्री निमा लामाले चासो देखाएका छन् ।

हेटौंडा अस्पतालमा देखिएको कमजोरी सुधार्ने प्रतिबद्धता मन्त्री लामाले व्यक्त गरे । प्रदेशका १३ जिल्लास्थित अस्पतालको सुधारको लागि प्रशंसायोग्य काम गर्दै आएका लामाले अस्पताल सुधारका लागि पहल गरिरहेका युवाहरुसँग मन्त्रालयमा छलफल गर्दै आफूले हेटौंडा अस्पतालको अवस्था नजिकबाट नियालिरहेको बताए । उनले अस्पतालबाट उचित स्वास्थ्य उपचारको लागि सहकार्य गर्ने बताए । हेटौंडा अस्पताललाई प्रदेशकै अब्बल अस्पताल बनाउन सकिने भन्दै सरकारले चासो निरन्तर लिइरहेको उनको भनाइ छ ।

मन्त्री लामाले नीतिगत तथा कानूनी र थप केही समस्याका कारण अस्पतालले सोचेजस्तो गति लिन नसकेको उनको स्वीकारोक्ति थियो । उनले अस्पतालको भौतिक संरचना बिस्तारसँगै आवश्यक जनशक्तिको व्यवस्थापनपछि देखिएका समस्या समाधान हुने दाबी गरे । अस्पतालमामा प्रदेश सरकारद्वारा भवन निर्माण भइरहेको छ । उक्त भवन निर्माणमा पनि निर्माण कम्पनीले ढिलाई गर्दै आएको छ । अस्पताल प्रशासनले साउनदेखि निर्माणाधीन भवनबाट सेवा दिने बताएको छ । आगामी आर्थिक वर्षमा अस्पतालको पूर्वाधार र उपकरणको स्तरोन्नतिका लागि बजेट विनियोजन गरेको मन्त्री लामाको भनाइ छ ।

काठमाडौंका विभिन्न अस्पतालसँगको सहकार्यमा सेवा सुधार तथा विस्तारको काम गर्न लागेको उनले बताए । अस्पतालको बेड क्षमता बढाउने र जनशक्ति थप्ने काममासमेत मन्त्रालयले नीति तथा कार्यक्रममै समावेश गरेर काम अघि बढाएको उनको भनाइ छ ।

स्वास्थ्य विमाका कारण अस्पतालमा बिरामीको चाप बढेकोमा आफू जानकार रहेको बताए । बिमा बापतको रकम भुक्तानिमा ढिलाई हुँदा अस्पतालसमेत समस्या रहेकाले यसलाई पनि समन्वय गर्ने बताए । अस्पतालका जनशक्तिहरुले जिम्मेवारी पूर्वक काम गर्ने, मन्त्रालयले परेको समस्या समाधान गर्ने र सरोकारवाला पक्षले कमजोरीलाई औंल्याउँदै समाधानमा सहयोग गर्ने लामाले विश्वास दिलाए ।

हेटौंडा अस्पताल छिट्टै नमूना अस्पताल बन्ने मन्त्री लामाको विश्वास छ । छलफलमा युवाहरुले अस्पतालमा चिकित्सक एवम् कर्मचारीले निर्वाह गर्नुपर्ने भूमिका, उपकरण व्यवस्थापन, कर्मचारीको दरबन्दी व्यवस्थापन, बढ्दो चापलाई मध्यनजर गर्दै सेवा प्रवाहको रणनीतिलगायतका विषयमा मन्त्री लामाको ध्यानाकर्षण गराएका थिए । उनीहरुले अस्पताल सुधारका लागि मन्त्रालयले गरेका काममा आफुहरु समेत सहयोग गर्न तयार रहेको बताए ।

राष्ट्रपति रनिङ शिल्ड असार १८ गतेदेखि

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, १३ असार/ मकवानपुरमा १२ औ राष्ट्रपति रनिङ शिल्ड खेलकुद प्रतियोगिता असार १८ गतेदेखि हेटौंडामा हुने भएको छ ।

जिल्लास्तरिय राष्ट्रपति रनिङ शिल्ड व्यवस्थापन तथा निर्देशन समितिको बैठकले असार १८ गतेदेखि हेटौंडामा प्रतियोगिता सन्चालन गर्ने निर्णय गरेको हो । स्थानीय तहबाट छनौट भएका खेलाडीहरुले जिल्ला प्रतियोगितामा भाग लिन पाउने छन् । सबै पालिकाहरुलाई छनौट गरेर खेलाडी पठाउन यसअघि नै पत्राचार भएको र केही पालिकाहरुले अझै छनौट गर्न बाँकी रहेको समितिका सचिव राजन दाहाल खुशराजले जानकारी दिए ।

जिल्ला खेलकुद विकास समितिका अध्यक्ष एवम् निर्देशन समितिका संयोजक भेष खड्कीको अध्यक्षतामा भएको बैठकमा जिल्ला समन्वय समिति, जिल्ला प्रहरी, जिल्ला शिक्षा ईकाईका प्रतिनिधि, नगर खेलकुदका अध्यक्ष चन्द्र साही, विभिन्न खेलकुद संघका अध्यक्ष तथा प्रतिनिधि र प्रशिक्षकहरुको बैठकमा सहभागिता थियो । जति पालिकाले छनौट गरेका छन् उनीहरुबीच जिल्ला प्रतियोगिता हुने दाहालले जानकारी दिए ।

जिल्ला प्रतियोगिताबाट छनौट भएका खेलाडीहरुले काठमाडौंमा असार २५ गतेदेखि हुने प्रदेशस्तरिय प्रतियोगितामा भाग लिने छन् । राष्ट्रपति रनिङ शिल्डमा एथलेटिक्स, भलिवल, कबड्डी, करते, तेक्वान्दो र उसु खेलका गरी ४८ स्वर्ण पदकका लागि प्रतियोगिता हुने पनि दाहालले बताएका छन् । अहिलेसम्म हेटौंडा उपमहानगर पालिका, थाहा नगरपालिका र इन्द्रसरोबर गाउँपालिकाले स्थानीय छनौट गरेका छन् भने बकैया, गढी र कैलासले छनौट गर्ने जानकारी दिएको दाहालले बताए ।

प्लाष्टिक प्रयोग नगर्ने उपमहानगरको प्रतिबद्धता

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, १३ असार/ मानव स्वास्थ्य र वातावरणका लागि हानिकारक मानिएको ४० माइक्रोन भन्दा कम तौलको प्लाष्टिक झोला प्रयोग नगर्ने हेटौंडा उपमहानगर पालिकाले प्रतिबद्धता जनाएको छ ।

हेटौंडा उपमहानगर पालिकाले नगरलाई सुन्दर बनाउन प्लाष्टिक प्रयोगमा कडाई गर्ने भएको छ । सरकारले यसअघि नै ४० माइक्रोनभन्दा कम तौलको प्लाष्टिक झोला प्रयोगमा प्रतिबन्ध लगाएको थियो । तर, कार्यान्वयनमा सरकारी निकायले नै उदासिनता देखाउँदै आएका थिए ।

नियमित अनुगमन र निरीक्षण नहुँदा व्यापारिकरुपमा ४० माइक्रोनभन्दा कम तौलको प्लाष्टिक निर्बाधरुपमा प्रयोग भइरहेको थियो । सोमबार हेटौंडा उपमहानगर पालिकाका उपप्रमुख राजेश बानियाँ र प्रमुख कार्यकारी अधिकृत शिवराज चौलागाईले कार्यालय परिसरमा ४० माइक्रोनभन्दा कम तौलको प्लाष्टिकको प्रयोग नगर्ने प्रतिबद्धता जनाएका हुन् ।

टोल विकास संस्था वडा समन्वय समिति हेटौंडा-२ र हेटौंडा उपमहानगरपालिकाले आयोजना गरेको प्रतिबद्धता कार्यक्रममा उपप्रमुख बानियाँ र अधिकृत चौलागाईले प्रतिबद्धता जनाए । प्रतिबद्धता अनुसार उपमहानगर कार्यालय परिसर र हेटौंडा उपमहानगरपालिका-२ नम्बर वडा क्षेत्रमा ४० माइक्रोन बराबरको प्लाष्टिकको प्रयोग नगर्ने र गर्न नदिने उल्लेख छ । उपप्रमुख बानियाँले औपचारिक कार्यक्रमभन्दा पनि प्रतिफलमा ध्यान दिन आग्रह गरे । धेरै अघिबाट प्लाष्टिक प्रयोगमा कमि ल्याउने खालका अभियानहरु सञ्चालन भएपनि कार्यान्वयनमा कमजोर हुँदै आएको बताएका थिए ।

कार्यान्वयनमा नआउँदा समस्या भइरहेकोप्रति बानियाँले अभियानभन्दा पनि प्लाष्टिक प्रयोगलाई निरुत्साहन कार्यको सफल कार्यान्वयन हुनुपर्नेमा जोड दिए ।

अभियानलाई प्रभावकारी बनाउन बजारका पसलहरु, बिक्री केन्द्र र आयातलाई रोक्न जरुरी रहेको उपप्रमुख बानियाँको भनाइ थियो । चालु आर्थिक वर्षमा कार्यपालिकाको बैठकबाटै उपमहानरसहित हेटौंडा-२ मा रहेका सरकारी कार्यालय र टोलमा कम तौल भएका प्लाष्टिकको प्रयोग रोक्ने अभियान सुरु भएअनुसार प्रतिबद्धता गरिएको समाजिक महाशाखा प्रमुख बिष्णुकुमारी लामिछानेले बताइन् ।

चोरी नियन्त्रण गर्न संघद्वारा प्रहरीको ध्यानाकर्षण

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, १३ असार/ मकवानपुर उद्योग वाणिज्य संघले हेटौंडामा पछिल्लो समय चोरीका घटनाहरु बढ्दै गएको खबरहरु आइरहेको भन्दै जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरलाई नियन्त्रणको लागि अनुरोध गरेको छ ।

संघका कार्यबाहक अध्यक्ष अनिल अग्रवालको नेतृत्वमा वस्तुगत संघका प्रतिनिधिसहित गएको टोलीले ध्यानाकर्षण पत्र बुझाएको हो । चोरी नियन्त्रण गर्न निरन्तर प्रहरी गस्ती परिचालन, चालु सडक बत्ती र गुणस्तरीय सीसीटीभीको सुचारु अवस्था आवश्यक रहेको जिकिरसहित थप शान्ति सुरक्षाको व्यवस्था मिलाइदिन संघका कार्यवाहक अध्यक्ष अग्रवालले अनुरोध गरेका थिए ।

ध्यानाकर्षणपत्र ग्रहण गर्दै जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरका प्रमुख प्रहरी उपरीक्षक सुरेन्द्रबहादुर गुरुङ्गले तुरुन्तै गस्ती बढाउने आश्वासन दिएका थिए ।

टोलीमा संघका उपाध्यक्षद्वय प्रमोदसिंह रानाभाट, र ाजु अधिकारी, मकवानपुर ग्याँस व्यवसायी संघका अध्यक्ष दीलिसगोविन्द जोशी, हेटौंडा अटो मोबाइल एसोसिएसनका अध्यक्ष दामोदर अटल र मोबाइल एसोसिएसनका अध्यक्ष दिनेश लामाको उपस्थिति थियो ।

ऋण लिएर उत्कृष्ट काम गरेका व्यवसायीलाई ब्याज अनुदान वितरण

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, १३ असार/ दिव्यतारा बहुउद्देश्यीय सहकारी र शुभकामना बचत तथा ऋण सहकारी मार्फत् स्वरोजगार कोषबाट ऋण लिएर उत्कृष्ट काम गरेका व्यवसायीलाई कोषको व्याज अनुदान रकम वितरण गरिएको छ ।

युवा तथा खेलकुद मन्त्रालयअन्तर्गत्को युवा तथा साना व्यवसायी स्वरोजगार कोषबाट ऋण लिएर व्यवसाय गरेकाहरुलाई ६० प्रतिशतसम्म व्याज अनुदान रकम फिर्ता गरिएको हो । कार्यक्रमअन्तर्गत् प्रत्येक व्यक्तिलाई २ लाख रुपैयाँका दरले ऋण दिइएको थियो । स्वरोजगार कोषबाट ऋण लिएर उत्कृष्ट काम गरेका ४३ जनालाई व्याज अनुदान फिर्ता गरिएको जनाइएको छ ।

अनुदान फिर्ता कार्यक्रममा दिव्यतारा सहकारीका अध्यक्ष डा. गणेश बल लामाको अध्यक्षता एवम् जिल्ला समन्वय समिति मकवानपुरका प्रमुख ललितबहादुर घलानको प्रमुख आतिथ्यता रहेको थियो । समन्वय समिति प्रमुख घलानले व्यवसाय गर्न चाहनेहरुलाई कम ब्याजमा सकेसम्म आवश्यकताको आधारमा रकम उपलब्ध हुनुपर्ने बताए ।

युवा तथा साना व्यवसायी स्वरोजगार कोषका निर्देशक विश्वमोहन अधिकारीले कोषले एक वर्षमा १२ हजार जनालाई स्वरोजगार बनाउने लक्ष्य लिएको जानकारी दिए । कोषले प्रवाह गर्ने कर्जा करिब निर्व्याजी रहेको उनको भनाइ थियो । कार्यक्रममा मकवानपुर जिल्ला सहकारी संघ अध्यक्ष नारायण देवकोटा, हेटौंडा २ नम्बर वडा अध्यक्ष बिष्णुगोपाल महर्जन, भरतपुर महानगरका निवर्तमान उपमेयर पार्वती शाह, बहुउद्देश्यीय सहकारी संघ अध्यक्ष रामहरि न्यौपाने, राष्ट्रिय सहकारी बैंकका शाखा प्रबन्धक रामेश्वर अर्याल, मकवानपुर उद्योग वाणिज्य संघ वरिष्ठ उपाध्यक्ष अनिल अग्रवाल, शुभकामना बचत तथा ऋण सहकारी संस्थाका अध्यक्ष शान्ता गौतम, दिव्यतारा सहकारीका शर्मिला डंगोलगायतले मन्तव्य व्यक्त गरेका थिए ।

सहकारीले प्रगति चाहे सुशासन कायम गर्नुपर्छः मन्त्री पौडेल

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, १३ असार/ बागमती प्रदेशको भूमि व्यवस्था तथा गरिबी निवारणमन्त्री बलराम पौडेलले सहकारी संस्थाहरुले प्रगति गर्न चाहेमा सुशासन कायम गनुपर्ने बताएका छन् ।

उनले सहकारी संस्थाहरुले सुशासन कायम गरेर काम गरेमा प्रतिफल राम्रो आउनेमा जोड दिए । सहकारी व्यवस्थापनसम्बन्धी २ दिने पुनर्ताजगी तालिमलाई सम्बोधन गर्दै उनले आगामी आर्थिक वर्षमा सहकारीमार्फत् ३ सय जना युवाहरुको लागि ३ महिने आवासीय तालिम प्रदान गरी उद्यमशील बनाउने योजना रहेको बताए । सहकारीहरु स्वरोजगार बनाउने र रोजगारी सिर्जना गर्ने कार्यमा निरन्तर लाग्नुपर्ने भन्दै उनले प्रदेश सरकारको योजनाअन्तर्गत् सहकारीमार्फत् युवाहरुलाई उद्यमशील बनाउने योजना रहेको बताएका हुन् ।

मन्त्रालयको आयोजना र मकवानपुर जिल्ला सहकारी संघको समन्वयमा तालिम भएको हो । प्रदेश सहकारी विकास बोर्डका उपाध्यक्ष नारायणप्रसाद देबकोटाले सहकारीहरुले उत्पादन, प्रशोधन र बजारीकरणमा ध्यान दिनुपर्ने बताए । तालिममा मकवानपुरका विभिन्न सहकारीका सञ्चालक तथा कर्मचारीहरुको सहभागिता रहेको छ ।

तालिममा बागमती प्रदेश भूमि व्यवस्था, सहकारी तथा गरिवी निवारण मन्त्रालयका सहकारी रजिष्ट्रार नारायणप्रसाद ज्ञावली र शाखा अधिकृत खगेन्द्र पौडेलले सहजीकरण गरेका छन् । तालिम उद्घाटनमा कार्यक्रममा जिल्ला दुग्ध उत्पादक सहकारी संघ मकवानपुरका अध्यक्ष बासुदेव अधिकारी, जिल्ला बहुउद्देश्यीय सहकारी संघ मकवानपुरका अध्यक्ष रामहरि न्यौपाने, जिल्ला बचत तथा ऋण सहकारी संघका अध्यक्ष कल्पना श्रेष्ठलगायतको आतिथ्यता थियो ।

लागूऔषधसहित एक जना पक्राउ

हेटौंडा, १३ असार/ जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरले प्रतिबन्धित लागूऔषध खैरो हिरोइनसहित एक जनालाई पक्राउ गरेको छ ।

प्रहरीले पश्चिमी क्षेत्रस्थित मनहरी गाउँपालिका वडा नम्वर ८ सिम्पानीबाट १ सय ५० मिलिग्राम लागूऔषध खैरोइनसहित एक जनालाई पक्राउ गरेको हो । पक्राउ पर्नेमा स्थानीय ३० वर्षीय सरोज ढकाल छन् । उनलाई इलाका प्रहरी कार्यालय मनहरीबाट खटिएको प्रहरी टोलीले नियन्त्रणमा लिएको हो ।

जिल्ला खेलकुदमा चार सदस्य नियुक्त

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, १३ असार/ जिल्ला खेलकुद विकास समिति मकवानपुरको सदस्यमा चार जना नियुक्त भएका छन् । सोमबार समितिमा चार सदस्य नियुक्त भएपछि समितिले पूर्णता पाएको छ ।

कार्यसमिति सदस्यमा आलोक स्याङ्तान, उमेश बुढाथोकी, शोभा घिमिरे र रेणु लामा नियुक्त भएका हुन् । उनीहरुलाई बागमती प्रदेश खेलकुद विकास परिषद्का सदस्य सचिव सूर्यलाल भण्डारीले नियुक्त गरेका छन् । यसअघि चैतमा जिल्ला खेलकुदको अध्यक्षमा भेष खड्गी नियुक्त भएका थिए । उनी नियुक्त भएको ३ महिनापछि सदस्यहरुलाई जिम्मेवारी दिइएको हो । प्रदेश सरकारको युवा तथा खेलकुन मन्त्रालयले मकवानपुरमा खड्गीसहित प्रदेशका सबै जिल्लामा खेलकुद समिति अध्यक्षहरु नियुक्त गरेको थियो ।

समितिका पदाधिकारीहरुको कार्यकाल दुईवर्ष हुनेछ । यसअघि समिति पदाधिकारीहरुको कार्यकाल चार वर्षको थियो । केही समयअघि प्रदेश सरकारले जिल्ला खेलकुद विकास समितिको कार्यविधि परिमार्जन गरेर कार्यकाल समय घटाएको थियो ।

यसअघि तत्कालीन डोरमणि पौडेल नेतृत्वको प्रदेश सरकारले जिल्ला खेलकुदमा गरेको नियुक्ति कार्यकाल सकिएसँगै रिक्त पदमा गठबन्धन सरकारले नेपाली काँग्रेसबाट खड्गीलाई नियुक्त गरेको थियो । चार जना सदस्य र अध्यक्ष सहित ५ जनाको जिल्ला खेलकुद विकास कार्यसमिति हुनेछ ।

पार्टी गर्दै हुनुहुन्छ ?

शुभ-विवाह, ब्रतबन्ध, हरेक प्रकारका पार्टी, सभा, सेमिनार तथा गोष्ठीका लागि हामीलाई सदैव सम्झनुहोस् ।

जय गणेश पार्टी प्यालेस प्रा.लि.

हेटौंडा उपमहानगरपालिका-५, अब्बलडाँडा
सानोपोखरा, मकवानपुर
९८५५०२७५१२ (अनिष वाग्ले)

बागमती प्रदेश सरकार
श्रम, रोजगार तथा यातायात मन्त्रालय
यातायात व्यवस्था कार्यालय, हेटौंडा

यातायात व्यवस्था कार्यालय, हेटौंडाको सूचना

- करदाताले आफ्नो नाममा दर्ता भएको सवारी साधनको कर प्रत्येक आर्थिक वर्षको चैत्र मसान्त वा दर्ता नवीकरण गर्ने म्याद जुन अघि हुन्छ सो म्यादभित्र बुझाईसक्नु पर्नेछ ।
- समयमा कर तिरौं, जरिवानाबाट बचौं ।
- सवारी चालक अनुमतिपत्रको नयाँ Online Form खुलेकाले यस अघि Form भरेकाहरुको Form खारेज भएको हुँदा नयाँ Online Form भर्नु हुन अनुरोध छ साथै Form भर्दा आफ्नो शुद्ध र स्पष्ट विवरण भर्नु होला कुनै त्रुटी भएमा यस कार्यालयबाट सच्याउन नमिल्ने जानकारी गराइन्छ ।
- सवारी चालक अनुमतिपत्र नवीकरण गर्दा यस प्रदेशबाट जारी भएको हुनुपर्नेछ वा यस प्रदेशभित्र स्थायी बसोबास गरेको प्रमाण खुल्ने कागज पेश गर्नुपर्नेछ ।
- अन्यत्र कार्यालयबाट जारी भएको सवारी चालक अनुमतिपत्र नवीकरण गर्नको लागि सो को अभिलेख Online मा देखिएको हुनुपर्नेछ ।
- सवारी चालक अनुमतिपत्र तथा सवारी दर्ता प्रमाणपत्रको प्रतिलिपी सो जारी भएको कार्यालयबाट मात्र जारी हुने भएकाले दर्ता भएको कार्यालयमा नै जानुपर्नेछ ।
- नेपाल सरकारको निर्णयानुसार सवारी साधनमा इम्वोष्ड नम्बर प्लेट जडान गर्नु पर्ने भएकाले आफ्नो सवारी दर्ता रहेको कार्यालयमा सम्पर्क गरी जडान प्रकृया शुरु गर्नु हुन अनुरोध छ ।

"सक्षम निजामती प्रशासन: विकास, समृद्धि र सुशासन"
फोन नं.: ०५७-५२६१४६,
ई-मेल ठेगाना: (प्रशासन: admin.hetaudayatayat@bagamati.gov.np),
(सवारी: sawari.hetaudayatayat@bagamati.gov.np),
(लाइसेन्स: license.hetauddayatayat@bagannati.gov.np)

HETAUDA CITY HOSPITAL PVT.LTD.
Hetauda-1, Sub-metropolitan
Phone: 057-520315

VACANCY ANNOUNCEMENT

Our Organization is seeking Applications from Qualified, Energetic and Experienced Candidates for the Following Designations.

S.No.	Designation	No.	Salary (Rs)	Min. Qualifications
1	Staff Nurse	Few	14000-18000	PCL/NHPC registered
2	CMA/ANM	Few	Negotiable	TSLC
3	Receptionist	Few	Negotiable	+2 completed

Experience, Performance, Dedication and Professionalism will be taken into consideration Interested individuals are to submit their update curriculum vitae with in 10 days of the first publication of this notice.