जि.प्र.का.सिरहा द.नं. ८७–०७०/७१

तराई मधेशको लोकप्रिय पत्रिका

मार्गानुगामी

राष्ट्रिय दैनिक

MARGANUGAMI NATIONAL DAILY

कुनै पनि विचार, समाचार र विज्ञापन प्रकाशन गर्नु परेमा हामीलाई सम्झनुहोस्। हामी तपाईंलाई उचित स्थान दिनेछौं। साथै राष्ट्रिय तथा स्थानीय पत्रपत्रिकामा कुनै पनि विज्ञापन प्रकाशन गर्न चाहनु हुन्छ भने सम्पर्क गर्नुहोला।

मार्गानुगामी राष्ट्रिय दैनिकको कार्यालय
गोलबजार नगरपालिका–६, सिरहा
फोन नं.: ०३३–५४०३५६
मो. नं. ९८५२८३२६३४, ९८०१५००३५६
इमेल : mgnd2070@gmail.com

बर्षः ११, अंकः १६४ पृष्ठः ४ | २०८१ कार्तिक ०९ गते शुक्रबार (Friday 25 Oct. 2024) | मूल्य रु. ५।– | इमेल : mgnd2070@gmail.com

सुनसरीमा १६ वर्षीया किशोरीको चिनियाँ नागरिकसँग बिहे, मण्डपबाटै ८ जना पक्राउ

विराटनगर, ८ कार्तिक। बालिकालाई चिनियाँ नागरिकसँग विवाह गराउँदै गर्दा सुनसरीमा प्रहरीले ८ जनालाई पक्राउ गरेको छ। पक्राउ पर्नेमा तीन जना चिनियाँ नागरिक छन्। धनकुटा छथर जोरपाटी २ की १६ वर्षकी बालिकालाई सुनसरीको चतरास्थित औलिया बाबाको मन्दिरमा चीनको हुबेल भन्ने स्थान बस्ने ३३ वर्षीय लि टेङ नामका चिनियाँ नागरिकसँग विबाह गराउँदै गर्दा प्रहरीले उनीहरुलाई पक्राउ गरेको हो। प्रहरीले किशोरीका बाबु, ३३ वर्षीय चिनियाँ नागरिक लि टेङ, उदयपुरको बेलका नगरपालिका ९ का ४३ वर्षीय दीपक दर्जी, सोही स्थानका ४२ वर्षीय बद्रीबिक्रम राई, स्याङ्जा पुतलीबजार नगरपालिका– १२ का २० वर्षीय शितल गुरुङ, काभ्रेपलान्चोकको रोशी गाउँपालिका–३ की २० वर्षीया रोशनीमाया तामाङसँगै चिनियाँ नागरिक ३५ वर्षीय डोङ शिहाओ र वु हेजीलाई पक्राउ गरेको हो।

नेपालको कानुन अनुसार विवाह गर्ने व्यक्तिको उमेर २० वर्ष नपुगी कसैले विवाह गर्नु वा गराउन नहुने कानुनी व्यवस्था छ। यसरी जबर्जस्ती विवाह गराएमा विवाह बदर हुनेछ र यसमा कसुर गर्ने व्यक्तिलाई ३ वर्षसम्म कैद र ३० हजार रुपैयाँ जरिवाना हुने व्यवस्था पनि मुलुकी देवानी संहिता २०७४ मरा छ। सुनसरीका प्रहरी उपरीक्षक सुमन तिम्सिनाका अनुसार किशोरीलाई प्रलोभनमा पारी जबर्जस्ती विवाह गर्दै गर्दा प्रहरीले उद्दार गरेको हो। उनका अनुसार विपन्न परिवारका किशोरीका बुबाले भने छोरीका लागि राम्रै होस् भनेर विवाह गरेको बताएका छन्। 'छिमेकी किशोरीको पनि बिहे चिनियाँसँग भएको रहेछ, छिमेकी भिनाजु (चिनियाँ नागरिक) पनि आएका कारण विवाह गरेको देखिन्छ', एसपी तिम्सिनाले भने।

चिनियाँ पक्षले विवाह गर्नुको कारणबारे अनुसन्धान भइरहेको उनले बताए। किशोरीको जबरजस्ती विवाहको तयारी गरेपछि उनकै आफन्तले प्रहरीलाई खबर गरेका थिए। खबर पाएपछि प्रहरी विवाह मण्डपमा पुगेको थियो।

जनलोकपाल आयोग कामविहीन

जनकपुरधाम, ८ कार्तिक। मधेसमा आर्थिक अनियमितता तथा भ्रष्टाचार नियन्त्रण र सुशासन कायम गर्ने उद्देश्यले मधेस प्रदेश सरकारले स्थापना गरेको जनलोकपाल आयोग कामविहीन बनेको छ। आयोग स्थापनाको तीन वर्ष बितेपनि आयोग कामविहीन बनेको हो। आयोगका अध्यक्ष रामसहाय यादवले वार्षिक प्रतिवेदन प्रदेश प्रमुख सुमित्रा सुवेदी भण्डारीलाई आज बुझाउँदै स्रोतसाधन र जनशक्ति तथा कानुनको अभावमा काम गर्न नसकेको जानकारी दिए। सरकारले वितरण गर्ने बजेटको उपयोगिता तथा प्रशासनिक कार्यमा जनताको पहुँचवृद्धि गर्न र जनगुनासो सम्बोधन गर्न सो आयोग तीन वर्ष अगाडि स्थापना गरिएको थियो। आयोगका अध्यक्ष यादवले जिम्मेवारी सम्हालेको तीनवर्षमा सुशासन प्रवर्द्धनका कुनै काम गर्न नसकेको गुनासो गरे।

"आयोगको मुख्य उपलब्धि देखाउन नपाउँदा मेरो मन दुखी छ। प्रदेश सरकारले यो आयोग सक्षम होस भनेर नचाहेको कारण अहिलेसम्म हामीले काम गर्न नसकेका हौँ", उनले भने। प्रदेशमा देखिएका बेथितिलाई न्यूनीकरण गर्न तथा सुशासन कायम गर्न आयोग तयार रहेको तर वर्तमान प्रदेश सरकारले आवश्यक स्रोत तथा साधन उपलब्ध नगराएको उनको भनाइ छ। आयोगमा प्राप्त उजुरीमाथि आवश्यक छानबिन गर्ने तथा आवश्यक देखिएमा थप अनुसन्धानका लागि अख्तियार दुरुपयोग अनुसन्धान आयोगलाई सिफारिस गर्ने नीति जनलोकपाल आयोगको रहेको बताइएको छ। तीनवर्षमा आयोगमा कूल ४२ वटा उजुरी दर्ता भएको आयोगले जनाएको छ। जनशक्ति अभावमा हालसम्म कुनैपनि उजुरीमाथि अनुसन्धान गर्न नसकेको आयोगका अध्यक्ष यादवले जानकारी दिए। ३३ जना कर्मचारी दरबन्दी रहेको आयोगमा एक कम्प्युटर अपरेटर मात्र कार्यरत छन्।

लोपोन्मुख सिमल कटान गर्ने तीन पक्राउ

रवीन्द्र उप्रेती

बर्दिबास, ८ कार्तिक। लोपोन्मुख अवस्थामा रहेको जंगली सिमलको रुख कटान गरिरहेको अवस्थामा वन कर्मचारीले तीन जनालाई नियन्त्रणमा लिएको छ। पक्राउ पर्नेमा गौशाला ५ इटाटारका ५३ वर्षीय नरवीर भन्ने नन्दलाल विश्वकर्मा, गौशला १ रामनगर फूल चोकका ४२ वर्षे मनोजकुमार साह र गौशाला ४ रजखोरका ३१ वर्षीय जीवन सहनी रहेको माइस्थानस्थित सव डिभिजन वन कार्यालयले जनाएको छ। पक्राउ परेकामध्ये साह काठ ठेकेदार तथा विश्वकर्मा र सहनी ज्यालादारीमा काम गर्ने मजदुर भएको प्रारम्भिक सोधपुछका क्रममा खुलेको छ। वन गस्तीले गौशाला नगरपालिका ८ लिख टोलबाट उनीहरुले अवैध रुपमा कटान गरेको २५० क्युबिक फिट बराबरको १४ थान सिमलका काठ र नम्बर प्लेट स्पष्ट नभएको एक थान ट्याक्टर नियन्त्रणमा लिएको छ।

–बाँकी तीन पेजमा

जुवातासले गर्छ सर्वनाश

जुवातासको लतले,

- पारिवारिक कलह, झै–झगडा हुने गर्छ,
- सामाजिक तथा पारिवारिक वातावरण अशान्त र कोलाहलपूर्ण हुन्छ, सम्पत्तिको नाश र परिवारको बिचल्ली हुन सक्छ,
- सामाजिक र आर्थिक संकट उत्पन्न हुन्छ, पारिवारिक बिखण्डनको सम्भावना बढ्छ,
- सन्ततिहरू समेत कुलतमा फस्ने सम्भावना हुन्छ,
- सामाजिक प्रतिष्ठामा आँच आउछ,
- त्यसैले सम्पत्ति हारजित हुने जुवालगायतका खेल नखेलौ, परिश्रममा विश्वास गरौं।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

GUPTA BROTHER'S AUTO TRADE
Mirchaiya, 9801591693 | 9819784901

CITY TRADE CONCERN
Hero Showroom Lahan-3, Global Bank को तल, पूर्व बस स्टेण्ड
Contact No. 033-565201, 565202, 9852831698

सम्पादकीय

राष्ट्रपतिलाई संविधान मिच्न नउक्साऊ !

संसदीय पद्धतिमा संसद्का प्रमुख दुई दल मिलेर सितिमिति सरकार बनाउँदैनन्। सामान्यतः पहिलो दलले सरकार चलाउँछ भने दोस्रो दल सशक्त विपक्षको भूमिकामा हुन्छ। यसैले नेपालको अहिलेको सरकारलाई विशेष परिस्थितिको उपज भनिएको हुनुपर्छ। विशेष परिस्थितिमा बनेको प्रचण्ड बहुमत भएको सरकार भए पनि जनतामा आशा जगाउने अवसर भने सरकारले पहिलो सय दिनमै गुमाएको देखियो। यही अवधिमा आएको बाढी पहिरोकै बेलामा सरकारले जनताको विश्वास र समर्थन दुवै गुमाएको छ । सरकारले जनविश्वास गुमाएका बेला विपक्ष जुर्मुराउनु संसदीय राजनीतिको विशेषता नै हो। संसदीय संख्या उल्लेखनीयरूपमा कमजोर भएको अहिलेको जस्तो अवस्थामा विपक्षले सडकबाट सरकारलाई दबाब दिनु पनि अस्वाभाविक होइन। सम्भवतः यही कारणले नेकपा (माओवादी केन्द्र)ले शनिवार काठमाडौंमा जनप्रदर्शन गर्न लागेको हो। सरकारलाई खबरदारी गर्न देशका अरू प्रदेशमा पनि माओवादी केन्द्रले जनप्रदर्शनका विभिन्न कार्यक्रम गर्न लागेको जानकारी दिइएको छ। यो लोकतान्त्रिक राजनीतिमा सही अभ्यास हो। सँगै विपक्षी दलका नेताहरूले राष्ट्रपति रामचन्द्र पौडेललाई संयुक्तरूपमा भेटेर सरकारले दल विभाजनसम्बन्धी अध्यादेश ल्याउन लागेमा रोकिदिन आग्रह पनि गरेका छन्। दल विभाजन सजिलो हुनेगरी अध्यादेश ल्याउन लागिएको सन्देह केही समयदेखि गरिँदै आएको छ। सबै दलमा आन्तरिक लोकतन्त्रको अभ्यास कमजोर छ। यही कारणले असन्तुष्टि पनि व्यापक नै रहेको देखिएको छ। यसैले कानुनी व्यवस्था खुकुलो भए आ नो नेतृत्वको दल विभाजित हुने खतरा विपक्षी नेताहरूले देखेको हुनुपर्छ। सरकारले कुनै दल विशेष फुटाउने मनसाय राखेर अध्यादेश ल्याउन खोजेको हुनसक्छ। विगतमा दाहाल प्रधानमन्त्री हुँदा पनि सरकारकै सहमा विवादास्पद उपाय अपनाएर एउटा राजनीतिक दल फुटाइएको थियो। प्रधानमन्त्री ओली त भन् गर्न हुने र नहुने अभ्यासमा फरक नगर्ने नेताका रूपमा बदनामै छन्। सरकारले गलत नियत राखेर कुनै काम गर्न खोज्यो वा गरी नै हाल्यो भने राजनीतिक दलहरूले त्यसको विरोध गर्नुपर्छ। यस्तो विरोध शान्तिपूर्णरूपमा सडक र सदन सबैतिर गर्ने अधिकार संविधानले नै सुनिश्चित गरेको छ।

विगतमा राष्ट्रपति विद्यादेवी भण्डारीले संविधानका विधायिनी प्रावधानहरू पटकपटक उल्लंघन गर्दा प्रमुख विपक्षी नेता पुष्पकमल दाहाललगायतले विरोध गरेका थिए। राष्ट्रपति फेरिँदैमा संविधान मिच्न मिल्ने त होइन होला नि ! राष्ट्रपति पौडेल स्वयं संसदीय लोकतन्त्रप्रति प्रतिबद्ध राजनीतिक पृष्ठभूमिका हुन्। यसैले विपक्षी दलले उक्साउँदैमा उनी संविधानमै नभएको उपाय अपनाउने अर्थात् अध्यादेश रोक्नेजस्तो कार्य गर्न पक्कै तत्पर हुनेछैनन्। तर, विपक्षी दलहरूको आग्रहले भने संविधानप्रति उनीहरूको प्रतिबद्धतामा सन्देह उत्पन्न गराएको छ।

एउटा कुनै प्रक्रिया वा अभ्यासमा संविधान मिच्न थालियो भने त्यो देशका लागि र विशेषगरी लोकतन्त्रका निम्ति जोखिम हुनेछ। यस्तो अवस्था सरकारभन्दा पनि बढी विपक्षका लागि प्रत्युत्पादक हुन्छ। यसैले माओवादी केन्द्रका अध्यक्ष पुष्पकमल दाहालको नेतृत्वमा भएको 'अध्यादेश रोकिदिने' असंवैधानिक आग्रह आत्मघाती ठहरिने देखिन्छ।

व्यवस्थाले भन्दा बढी प्रविधि र विश्वको प्रभावले छिटपुट सुधार

डा. प्रकाशचन्द्र लोहनी

नेपालले निकै छोटो समयमा धेरै खालका व्यवस्थाको अभ्यास गरिसकेको छ। सायद संसारका कुनै मुलुकमा यसरी छिटोछिटो व्यवस्था नै फेरिने गरेको अभ्यास देखिँदैन। बेलायत, युरोपेली मुलुक, अमेरिकी, छिमेकी चीनकै कुरा गर्दा शताब्दीभन्दा बढी समय एउटै व्यवस्था अँगालेर अगाडि बढेका छन्। भारतले नै सात दशक हाराहारी एउटै व्यवस्थाको अभ्यासमा आफूलाई अगाडि बढाएको छ, तर हामी यो मामिलामा धेरै अपरिपक्व भयौं। थोरै केही मिलेन भने व्यवस्थै फेर्न लाग्यौं। २१औं शताब्दी र प्रविधिको यो युगमा राणाशासन ठिक थियो भन्न खोजेको होइन। तर जनतालाई अधिकार दिइएको अरू व्यवस्था पनि हामीले टिकाउन सकेनौं।

म खासगरी राजा महेन्द्रको उदयसँगै मुलुक आधुनिक युगमा प्रवेश गरेको ठान्छु। निर्वाचित सरकारलाई हटाएर शासनसत्ता हातमा लिने राजनीतिक विषयतिर म जान चाहन्नँ, यो बहसको अर्को पाटो हो। मुलुकलाई आर्थिक तथा सामाजिक रूपमा अगाडि बढाउन महेन्द्र सरकारका पाला जे भयो, त्यो अहिलेसम्म कसैले गर्न सकेको छैन। त्यो बेलाको सीमित स्रोत–साधनमा आर्थिक, भौतिक र सामाजिक विकासमा जे भयो, त्यो अद्भुत प्रगति हो।

गाउँगाउँसम्म, वडावडासम्म बजेट जाने परम्परा पञ्चायतमै सुरु भएको हो। सिंहदरबार, क्षेत्रीय कार्यालय, अञ्चल, जिल्ला हुँदै एउटा प्रणालीमा बजेट तल्लो तहसम्म पुग्थे। जनतालाई सेवा–सुविधा दिन वडावडासम्म सरकारी र जनप्रतिनिधि राखिएको थियो। सरकारी बैंकहरू हरेक जिल्ला र अधिकांश इलाकाको केन्द्रमा फैलिएका थिए। त्यो बेलाको इलाकाको अभ्याससलाई नै अहिले पालिकामा रूपान्तरण गरिएको हो। तपाईंहरूले धेरै गाली गर्ने पञ्चायती व्यवस्थामै प्रत्येक गाविसमा माध्यमिक तहसम्मका विद्यालय खुलेका हुन्। विश्वविद्यालयको विकास त्यही बेला भयो।

सायद तपाईंले पनि त्यही विद्यालय र विश्वविद्यालय पढ्नुभयो होला। स्वास्थ्य चौकीको अवधारणा त्यही बेला अभ्यासमा गएको हो। विमानस्थलदेखि पूर्व–पश्चिम जोड्ने महेन्द्र राजमार्ग त्यही बेला बनेको हो। यसकारण मुलुकको अर्थ–सामाजिक विकासमा पञ्चायतको ३० वर्ष स्वर्णिम युग हो। अहिलेको जस्तो स्रोत–साधन, प्रविधि, यातायातको सुविधा भएको भए त्यो बेलाको आर्थिक विकास कति छिटो हुन्थ्यो होला।

सुशासनका हिसाबले पनि त्यो समय स्वर्णिम थियो। अहिलेजस्तो हाकाहाकी जनतालाई लुट्ने, घुस माग्ने, कार्यालयको काम नगरी बस्ने अवस्था त्यो बेला थिएन। नागरिकले तोकिएको सुविधा सहजै पाउँथे। कर्मचारी, नेता आदिलाई कम्तीमा माथिल्लो निकायको डर थियो। बर्खास्तीमा परिने, जागिर जाने, कारबाही हुने डर हुन्थ्यो। अहिले त जतातत्तै सरकार छन्, कसैलाई कसैको डर छैन। जसले जे गरे पनि भएको छ। यसले मुलुकलाई अराजक बनाइरहेको छ।

समय र कालखण्डका हिसाबले तुलना गर्दा अहिले प्रगति भएको जस्तो देखिनु स्वाभाविक हो। त्यो बेला सडक यातायातको विकास भर्खर सुरु भएको थियो। केही जिल्ला सदरमुकाममा मोटरबाटो पुगेको थियो। बिजुलीको विस्तार भर्खर सुरु भएको थियो। सूचना प्रविधिको विकास त युरोप, अमेरिकामै सुरु भएको थिएन। अब अहिले म फेसबुक चलाएर नेतालाई गाली गर्न पाएको छु, त्यो बेला पाएको थिइनँ भनेर तुलना गर्न त मिलेन नि !

यातायात सुविधा पर्याप्त नभएको, बिजुली नभएको, नागरिकको वैदेशिक यात्रा सुरु नै नभएको, सूचना प्रविधि नभएको त्यो बेला प्रतिव्यक्ति आय बढाउने उपाय नै थिएन। आम्दानीका स्रोत सीमित थिए। आममानिसका लागि आम्दानीको स्रोत भनेको कि शिक्षक, सरकारी कर्मचारी कि सानोतिनो व्यापार यति मात्रै थियो, तर अहिले विश्वकै अवस्था बदलिएको छ। आम्दानीका स्रोत दिनहुँ थपिएका छन्। मान्छे कमाइका लागि संसारभर पुग्न पाएका छन्। पहिलेको तुलनामा अहिलेको यो परिवर्तन र केही आर्थिक सूचकमा देखिएको सुधार त जो–कोही सत्ता र शासन सञ्चालनमा भए पनि देखिने थियो। यसलाई म डेभलपमेन्टऽ नभएर इभोलुसनऽ भन्न चाहन्छु। अवसर, स्रोत–साधन, प्रविधि प्रशस्त हुँदाहुँदै २०४७ र २०६३ को समययता जुन र तारमा मुलुक अगाडि जान सक्थ्यो, त्यसको एक प्रतिशत पनि प्रगति हुन सकेको छैन। भएका उद्योगधन्दा र कलकारखाना पनि लगभग बन्द अवस्थामा छन्।

यसो हेर्दा २०४७ पछि निजी क्षेत्रको विकास चाहिँ भएको ठान्छु। यसपछि पर्यटन र होटल क्षेत्रको विकास राम्रै देखिन्छ। तर अन्य सामाजिक र आर्थिक पाटोको विकास हुन नसक्दा अपेक्षित रूपमा बाह्य पर्यटन ल्याउन सकेका छैनौं। निजी क्षेत्रको विकासले गर्दा रोजगारी सिर्जना र राजस्वमा मुलुकलाई राम्रै भएको छ, तर राज्यले उत्पादन र बजारीकरणमा ध्यान दिन नसक्दा, स्वदेशी उद्योगलाई संरक्षण गर्न नसक्दा, सो अनुरूपका कानुनी व्यवस्था गर्न नसक्दा उत्पादनमूलक उद्योग खुल्न सकेका छैनन्। भएका एकाध उद्योग पनि पूर्ण क्षमतामा चल्न नपाएको व्यवसायी साथीहरूले बारम्बार गुनासो गर्नुहुन्छ। फाइदा बढी भएकाले निजी क्षेत्र पनि उद्योग खोल्नभन्दा आयातको व्यापारमा बढी ढुक्क देखिएको छ।

गणतन्त्रपछि त मुलुकले कुनै एक स्थानमा पनि प्रगति गरेको जस्तो मलाई लाग्दैन। अत्यधिक स्वतन्त्रताले यो अवधिमा हामीलाई अराजकताको बाटोमा डोऱ्याएको मात्रै छ। स्वास्थ्य र शिक्षा नै निजी क्षेत्रको कब्जामा पुगिसकेको छ। हिजोका दिनमा स्वास्थ्य संस्था, प्रविधि, यातायात लगायतको सुविधा नहुँदा उपचार नपाउने अवस्था थियो। अहिले सबै भएर पनि पैसा नभए उपचार नपाउने अवस्था बनाइएको छ। यसरी कुनै पनि क्षेत्र व्यवस्थित र सुरक्षित देखिँदैन। लगानीका लागि कसैले पनि मुलुकलाई विश्वास गरेको छैन। खालि बिचौलिया र नेताका आसेपासेको मात्रै हालीमुहाली भएको मुलुकले प्रगति गर्न सक्दैन।

अहिले देखिएको आर्थिक परिवर्तनमा रेमिट्यान्सको ठुलो भूमिका छ। स्वदेशमै उत्पादनमूलक उद्योग खोलेको भए आर्थिक विकास दिगो हुने थियो। अहिले त एक जना खाडीमा कमाउने र बाँकी परिवार यहाँ बसेर खर्च गर्ने प्रवृत्ति छ। रेमिट्यान्समार्फत आएकै पैसाले आममानिसले राम्रो लगाउन, मिठो खाना, उपचार गर्न, घुमघाम गर्न, शिक्षादिक्षा लिन पाएका छन्। यसले गर्दा समग्र आर्थिक सूचकमा केही सुधार देखिएको हो। तर यो सुधार मूलतः व्यवस्थाले नभएर रेमिट्यान्सले ल्याएको हो। मुलुकले अँगालेको यो सजिलो तर गलत अभ्यास हो।

व्यवस्थाले अर्थतन्त्र र समाजमा केही फरक पार्दैन भन्ने मेरो विचार होइन। यसले केही हदसम्म प्रभाव पार्छ, तर हाम्रो समाजले जसरी व्याख्या गरेको छ त्यो सत्य होइन। व्यवस्था चलाउने नेतृत्व सही भए जुन प्रणालीमा पनि मुलुकको प्रगति कसैले रोक्न सक्दैन। व्यवस्था फरक हुँदैमा सबै उलटफेर हुन्छ भन्ने हो भने गणतन्त्रमा नेपालीको अवस्था किन यस्तो छ ?

पञ्चायतदेखि अहिलेसम्म उही नेता सत्तामा छन्। उनीहरूकै वरिपरि मुलुक घुमेको छ। यसमा व्यवस्था बदलिएर के चाहिँ फरक पऱ्यो ? नागरिकले के फरक महसुस गरे ? केही गरेनन्। त्यसकारण जनताको अवस्था उही भएपछि व्यवस्था मात्रै बदलिएर केही नहुने रहेछ। अहिले देखिएको छिटपुट सुधार व्यवस्थाले भन्दा बढी प्रविधि र विश्वको प्रभावले ल्याएको हो।

बालबालिकाको मोटोपन नियन्त्रण गर्ने ९ उपाय

डा. बाबुराम पाण्डे
बालरोग विशेषज्ञ

बदलिंदो जीवनशैलीका कारण बालबालिकामा मोटोपनको समस्या तीव्र रुपमा बढिरहेको छ। यसको पछाडिको प्रमुख कारण खानपान हो। हिजोआज बालबालिकाले जङ्क फुड र प्याकेट फुड धेरै खाने गरेका छन्, जसले मोटोपन बढ्न थालेको छ। धेरैजसो बालबालिका मोबाइल, ट्याब जस्ता ग्याजेटमा समय बिताउँछन्। शारीरिक गतिविधिमा संलग्न हुँदैनन्। जसले गर्दा पनि उनीहरूको तौल अनियन्त्रित रूपमा बढ्दै जाने हुन्छ। यसले उनीहरूको स्वास्थ्यमा गम्भीर असर पुऱ्याउन सक्छ। यसबाट मधुमेह, उच्च रक्तचाप र मुटुरोग निम्त्याउन सक्छ। यस्तोमा आमाबाबुको सही निर्देशनले बालबालिकाको तौल नियन्त्रण गर्न र स्वस्थ राख्न मद्दत गर्न सक्छ।

बच्चालाई स्वस्थ जीवनशैलीतर्फ डोऱ्याउन अभिभावकले अपनाउन सक्ने सरल उपाय

स्वस्थकर आहारको महत्त्व बुझाऔं

अभिभावकले बालबालिकालाई सन्तुलित र पौष्टिक खाना खान प्रेरित गर्नुपर्छ। चिप्स, बिस्कुट, चकलेट र चाउचाउ जस्ता चिनी र नुनको मात्रा बढी भएका प्रशोधित खानेकुरा कम खान दिनुपर्छ। यस्ता खानेकुराको सट्टामा फलफूल, तरकारी, गेडागुडी, ड्राइफ्रुट र सम्पूर्ण अन्न खुवाउनुपर्छ। बजारको खानेकुरा भन्दा घरमै पकाएको ताजा खानेकुरा खाने बानी बसाउनुपर्छ। घरमै पकाएको खाना खुवाउँदा बच्चाले राम्रो पोषण पाउँछन् र उनीहरूको रोगप्रतिरोधात्मक क्षमता पनि राम्रो हुन्छ।

आउटडोर खेल खेल्न प्रोत्साहन गरौं

बच्चालाई शारीरिक रूपमा सक्रिय बनाउनु पनि महत्त्वपूर्ण हुन्छ। त्यसैले दैनिक कम्तीमा एक घण्टा खेलकुद वा बाहिरी गतिविधिमा संलग्न गराउनु उपयुक्त हुन्छ। साइक्लिङ, दौड, स्वीमिङ तथा अन्य रमाइला खेल खेल्न प्रोत्साहन गर्नुपर्छ। यस्ता खेलले बालबालिकालाई सक्रिय राख्न मद्दत गर्छ। साथै परिवारसँग हाइकिङ जाने, फुटबल खेल्ने पनि गर्न सकियो।

स्क्रिन समय सीमित गरौं

टिभी, मोबाइल धेरै हेर्दा बच्चाहरू निष्क्रिय हुन्छन् र यसको असर तौलमा देखिन्छ। बच्चाहरूको स्क्रिन समय प्रतिदिन एकदेखि दुई घण्टामा सीमित गर्नुपर्छ। बच्चाको स्क्रिन टाइम सीमित गरियो भने उनीहरूले बाँकी समय अन्य काममा बिताउन पाउँछन्। स्क्रिन टाइम कम गरेर बाँकी टाइममा बच्चालाई बाहिर खेल्न पठाउने वा अभिभावक नै बालबालिकासँग खेल्न सक्छन्।

खाना खाने तरिका सुधारौं

बालबालिकामा समयमै खाना खाने बानी बसाल्नुपर्छ। उनीहरूलाई खाना खुवाइदिने भन्दा पनि आफैं खान सिकाउनुपर्छ। परिवारसँगै राखेर खाना खाने बानीको विकास गर्नुपर्छ। परिवारसँगै खाना खाँदा बच्चाहरू खानामा केन्द्रित हुन्छन्। टिभी हेर्दै वा खेल्दै गर्दा खाने बानीले बच्चाहरूको तौल बढ्छ, त्यसैले खाना खाँदा ध्यान खानामा राख्नु महत्वपूर्ण हुन्छ।

अभिभावक आफैं रोल मोडल बनौं

बच्चाहरूले आमाबाबुको व्यवहारबाट धेरै कुरा सिक्छन्। यदि अभिभावकले स्वस्थ खाना खान्छन् र शारीरिक रूपमा सक्रिय हुन्छन् भने बच्चाले पनि सोही कुरा अनुशरण गर्छन्। खाना पकाउने बेला बालबालिकालाई पनि संलग्न गराउने, बालबालिकासँग खेल्ने गर्ने गरियो भने बच्चालाई स्वस्थ बानी सिकाउन सजिलो हुन्छ।

पर्याप्त निद्रा

बालबालिकामा अपर्याप्त निद्रा पनि तौल बढ्नुको कारण हुनसक्छ। यस्तो अवस्थामा बालबालिकालाई ७–८ घण्टा पर्याप्त सुत्न सल्लाह दिनुपर्छ। यसले बालबालिकाको तौल नियन्त्रण मात्रै गर्दैन, उनीहरूलाई ताजा र सक्रिय महसुस गराउँछ।

स्वस्थ जीवनशैली अपनाउन प्रोत्साहन गरौं

बच्चाको तौल नियन्त्रण गर्नमा मात्र केन्द्रित हुनु भन्दा पनि उनीहरूलाई स्वास्थ्य जीवनशैली अपनाउन प्रोत्साहन गर्नुपर्छ। उनीहरूको खराब बानीलाई बिस्तारै सुधार गर्दै लैजानुपर्छ। बिस्तारै स्वस्थ खाने बानी र शारीरिक क्रियाकलापमा सक्रिय हुने बानी बसाउनुपर्छ। यसबाट उनीहरूको तौल स्वतः नियन्त्रण हुन्छ।

पर्याप्त पानी पिउनुको महत्व बुझाऔं

धेरैजसो बच्चा चिनीयुक्त पेय पदार्थ, जस्तै सोडा, जुस पिउन रुचाउँछन्, जसले तौल बढाउँछ। यस्ता पेय पदार्थको विकल्पमा बच्चालाई पानी पिउन प्रोत्साहन गर्नुपर्छ। स्वास्थ्य रहन शरीरमा पानीको सन्तुलन कायम राख्नु जरुरी हुन्छ। त्यसैले बच्चालाई रंगीन पानीका बोतलहरू दिएर पानी पिउन प्रेरित गर्न सकिन्छ।

विशेषज्ञको सल्लाह पनि महत्वपूर्ण

मोटोपन हुनुमा थुप्रै कारण हुन्छन्। कतिपयमा वंशाणुगत कारणले मोटोपन भएको हुन्छ। बुवा–आमा मोटा छन् भने सन्तान पनि मोटो हुनसक्छन्। यसैगरी कतिपयमा हाइपोथाइरोडिजमको कारणले अचानक मोटोपन बढेको हुनसक्छ। यसैगरी हर्मोनको असन्तुलनले पनि मोटोपन बढ्न सक्छ। त्यसैले मोटोपन के कारणले भएको हो भनेर जान्नु जरुरी हुन्छ। सोही अनुसार सही विधि अपनाएर मोटोपन नियन्त्रण गर्न सकिन्छ। त्यसैले यदि बच्चाको तौल अत्यधिक छ भने बालरोग विशेषज्ञ तथा पोषणविद्सँग परामर्श लिनु उपयुक्त हुन्छ। उनीहरूले बच्चाको स्वास्थ्यलाई ध्यानमा राखेर सही मार्गदर्शन दिन सक्छन्।

‘दुखियाको हाँसोमा ईश्वरको बास’

जलेश्वर, ८ कार्तिक। वर्षभरि विभिन्न दुःख, पीडा र आर्थिक समस्यासँग जुध्दै आएको कुरा सुनाउँदै हिँड्ने जलेश्वर नगरपालिका–१ का रामजी डोम अहिले आ नै घर अगाडि मुसुमुसु हाँस्दै हातमा बाँस र बेंतका भाँडाकुँडा बनाउँदै गरेको भेटिन्छन्। उहाँसहित उहाँका छोरा, नाति र घरका अन्य महिला पनि प्रसन्न मुद्रामा आपसमा विभिन्न कुराकानी गर्दै हातहातमा बाँस र बेंतको भाँडाकुँडा बनाइरहेको दृश्य हेर्दा जो कोहीलाई पनि खुसी हुन्छ। सायद यसैले भनिन्छ, ‘दुखियाको हाँसोमा ईश्वरको बास हुन्छ।’ हो यस कुरालाई छठपर्वको बेला बाँस र बेंतबाट डालो, नाङ्लो र टपरी बनाउन जुटेका महोत्तरीका डोम समुदायले चरितार्थ गरेको छ। अधिकांश तराईबासीको प्रमुख पर्वको रुपमा रहेको छठको तीन साता मात्रै बाँकी रहेको बेला सधैँ खान, लाउन धौधौ पर्ने डोम जातिको मुहारमा पनि हाँसो र मनमा उल्लास छाएकाले साँच्चिकै ईश्वरको बास दुखियाको हाँसोमा रहेको देखिन्छ।

गरिबी र विपन्नतामा पिल्सिएका वर्षैभरि गाउँगाउँमा सुङ्गुर डोऱ्याएर चहार्ने महोत्तरीका डोम समुदायलाई अहिले छठपर्व नजिकिँदै जाँदा बाँस र बेतका चोयाबाट डालो, नाङ्लो र टालुटपरी बनाउन भ्याइनभ्याइ भएको छ। गाँस, बास र कपासकै जोरजाममा हम्मेहम्मे पर्ने गरेको डोमहरुले छठपर्व आउनासाथ कात्तिक महिनाभर आ ना जीवनका हरेक दुःख बिर्सेर मीठोमसिनो खाने र राम्रो लगाउने सौभाग्य प्राप्त भएको मनरासिस्वा नगरपालिकाका–५७ वर्षीय हरिदेव डोमले बताउनुभयो।

गाउँ, सहरमा हुने भोजभतेरबाट जुठोसमेत ल्याएर स–परिवार खाने गरेको डोमले कात्तिकमा नानाथरिका परिकार पकाएर खाने गरेको सोही ठाउँकी ६२ वर्षीया मरनी डोमिनले बताउनुभयो। डालो बुन्दै गरेकी जिल्लाको गौशाला नगरपालिकाकी ७० वर्षीया घुरनी डोमिनले गहभरि आँशु लिएर भन्नुभयो, “कात्तिक लाग्नेबितिक्कै घरका बच्चादेखि बुढासम्मले काम पाएर बिहानदेखि बेलुकासम्म डालो, नाङ्लो र टालुटपरी बनाउनमा तल्लीन हुन्छौँ भने बजारमा बेच्दा राम्रै आम्दानी हुने भएकाले हामी निकै खुसी हुन्छौँ। तर वर्षभरि काम नपाउने हुँदा फेरि केही दिनपछि उनीहरुको दुःख सुरु हुन्छ।” छठपर्व मनाउने प्रत्येक तराईवासीले छठमाता तथा सूर्यदेवलाई बाँस र बेतकै चोयाबाटै बनाइएका डालो, नाङ्लो र टालु टपरीमा अर्घ दिनुपर्ने भएकाले प्रत्येक परिवारमा पाँच/सात वटा बाँसका भाँडाकुँडा किन्नुपर्दछ। सम्सी गाउँपालिकाका ६५ वर्षीय बेचना डोमले आफूहरु सोही कारण दिनरात व्रतालुहरुको निम्ति बाँसका भाँडा बनाउने गरेको सुनाउनुभयो।

त्यस्तै जिल्ला सदरमुकाम जलेश्वर नगरपालिकाका इन्दल डोमले डालो, नाङ्लो र टालुटपरी बेचेर कात्तिकमा वर्षभरिकै सबै ऋण चुक्ता गरेर केही रकम बचाउने गरेको बताउनुभयो। जिल्लाको भङ्गहा नगरपालिकाका सिरिया डोमका अनुसार घरका बालकदेखि बुढासम्मले डालो, नाङ्लो बेचेर प्रतिव्यक्ति ५०–६० देखि ७०–८० हजार र प्रत्येक परिवारले दुई–तीन लाखको हाराहारीमा आम्दानी गर्ने गर्दछन्। यतिबेला जिल्लाको प्रत्येक पालिकाको गाउँगाउँमा डोम जातिका प्रत्येक घरमा बाँस र बेतको थुप्रो राखिएको छ भने परिवारका सबैले बाँस र बेतका चोयाबाट सामग्री बनाउन व्यस्त देखिन्छन्। दिनदिनै छठपर्व मनाउनेहरुको संख्यामा वृद्धि हुँदै जाँदा प्रत्येक व्यक्तिलाई बाँसको भाँडाकुँडा पुऱ्याउन डोम जातिलाई भ्याइनभ्याइ भएको छ।

पछिल्लो केही वर्षदेखि तराईमा मात्रै नभएर देशको राजधानी काठमाडौँसहित पोखरा, हेटौँडाजस्ता पहाडी क्षेत्रमा पनि छठपर्व मनाउन थालिएकाले तराईबाट बाँस र बेतबाट तयार भएका भाँडाकुँडा निर्यात हुने गरेको छ। छठपर्वको बेला महोत्तरीको विभिन्न १५ वटै पालिकामा उत्पादन गरिएको बाँस र बेंतका भाँडाकुँडा छठको बेला नेपालको राजधानी काठमाडौँसहित पोखरा, हेटौँडा, चितवन, बुटबल, धरान जस्ता पहाडी क्षेत्रका साथै भारतको मधुबनी, दरभङ्गा, सीतामढी, मुज फरपुर र पटनासम्म पुग्ने गर्दछ।

मिथिलाको प्रमुख पर्वको रुपमा रहेको छठपर्वका लागि प्रत्येक परिवारले अहिलेदेखि डोमको आँगन र पिँढीमा बाँस र बेतबाट बनेको भाँडाकुँडा खरिद गर्नका लागि पुग्न थालेको बताउँदै औरही नगरपालिकाका सुरेश डोमले आफू परिवारसहित राति अबेरसम्म काम गरेर बाँसका र बेंतका भाँडाकुँडा बनाउने गरेको बताउनुभयो। छठ व्रत सुरु हुनुदेखि अन्त्य हुनुसम्म छठव्रत मनाउने प्रत्येक परिवारले पूजा सामग्री तथा पूजाप्रसाद प्रयोग गर्न डोमले बनाएकै बाँसका भाँडाकुँडा प्रयोग गर्नुपर्ने हुन्छ। यस पर्वमा सूर्य देवतालाई चढाइने प्रत्येक वस्तु (प्रसाद) बाँस र बेतकै भाँडाकुँडामा राख्नुपर्ने प्रचलन रहेको र ती सामग्री डोम समुदायका व्यक्तिले नै बनाउने हुँदा उनीहरुको जीवनस्तरमा सुधार ल्याउने माध्यम बनेको पिपरा गाउँपालिकाका सुरेश डोम बताउनुहुन्छ। डोम समुदायले छठ पर्वको भाँडाकुँडा बनाएर व्रतालुलाई एकातिर सहयोग पुऱ्याएका छन् भने अर्कोतिर आर्थिक उपार्जन पनि भइरहेको छ।

यसैबिच डोम समुदायका युवाहरुले आफूले छठपर्वको बेला बाँस र बेंतबाट उत्पादन गरेको डालो, नाङ्लो, ढकिया, कोनिया जस्ता भाँडाकुँडाको व्यापार छठपर्वको बेला मात्रै चल्ने भएकोप्रति चिन्तित हुँदै यसको वर्षभरिको बजारीकरणको लागि स्थानीय सरकार, प्रदेश सरकार र संघीय सरकारसँगसमेत माग गरेका छन्। यस पर्वपछि पुनः उनीहरु आ नो पैतृक पेसा सुङ्गुर पालनमै लाग्नुपर्ने बाध्यता रहेकाले उनीहरुले आ नो यस (बाँस र बेंतबाट भाँडाकुँडा बनाउने) पेसालाई वर्षभरि सञ्चालन पेसाको रुपमा विकास गरिदिएमा आ नो समुदायको जीवनस्तरमा सुधार आउने उनीहरुको विश्वास रहेको छ।

महाभारतका अनुसार द्रौपदीसहित पाण्डवहरु अज्ञातवासमा रहँदा उक्त गुप्तावास सफल होस् भनी सूर्यदेवलाई आराधना गरेका थिए। उक्त समयमा पाण्डवहरु मिथिलाको किरात राजाका क्षेत्रमा बास बसेको उल्लेख छ। लोक कथनबमोजिम सोही समयदेखि सम्पूर्ण मिथिला क्षेत्रमा छठ मनाउने परम्पराको थालनी भएको हो। सूर्य उपासना परम्पराको मोहक पद्दति मानिएको संसारमा यही एक यस्तो पर्व हो जसमा अस्ताउँदो र उदाउँदो सूर्यको पूजा गरिन्छ। पारिवारिक सुख, शान्ति, समृद्धि, शारीरिक कल्याण, रोगबाट मुक्ति तथा विभिन्न मनोकाङ्क्षा पूरा होस् भन्ने उद्देश्यले श्रद्धापूर्वक छठपर्व पोखरी, नदी, तलाउ र अन्य जलाशयमा मनाउने गरिन्छ। धार्मिक आस्थाका साथै सामाजिक सद्भावको रुपमासमेत विकसित छठपर्व हिन्दूको सँगसँगै मुस्लिमहरुले पनि मनाउने गर्छन्।

अपर तमोर जलविद्युतले सामुदायिक उत्तरदायित्वमा ३२ करोड रुपैयाँ खर्च गर्ने

काठमाडौं, ८ कार्तिक। फक्ताङलुङ गाउँपालिका र फुङलिङ नगरपालिकामा तमोर नदीबाट उत्पादन हुने अपर तमोर जलविद्युत आयोजनाले सामुदायिक उत्तरदायित्व कार्यक्रममा ३२ करोड रुपैयाँ खर्च गर्ने भएको छ। सरोकारवाला निकायलाई आयोजनाका बिषयमा जानकारी गराउने र सुझाव संकलन गर्ने उद्देश्यले सदरमुकाम फुङलिङमा आयोजित कार्यक्रममा अध्यक्ष पुष्प ज्योति ढुङ्गानाले यस्तो जानकारी दिएका हुन्।

लगानीका बिषयमा भने स्थानीय तह र सरकारी संघसंस्थासँग समन्वय गर्ने तयारी रहेको उनले बताए। यसको बढी रकम शिक्षा क्षेत्रमा खर्च गर्ने मनस्थिति कम्पनीको रहेको ढुङ्गाना बताउँछन्। २ सय ८५ मेगावाटको यो स्वदेशी र निजी क्षेत्रबाट उत्पादन तयारी गरिएको सबैभन्दा ठूलो आयोजना पनि हो।

तमोर इनर्जी प्रालि मुख्य प्रवर्द्धक रहेको आयोजना ‘अर्ध जलाशययुक्त’ हुने प्रबर्द्धक कम्पनीले जनाएको छ। आयोजनाको कूल लागत ५५ अर्ब १५ करोड रुपैयाँ अनुमान गरिएको आयोजनाले बताएको छ। बैंक तथा वित्तीय संस्थाको ऋण लगानी ७० र स्वपुँजी ३० प्रतिशत रहने बताइएको छ।

बैंक तथा वित्तीय संस्थामार्फत ३८ अर्ब ६० करोड र स्व पुँजीमार्फत १६ अर्ब ५५ करोड रहने ढुङ्गानाले बताए। अति प्रभावित, प्रभावित, ताप्लेजुङ जिल्ला र अन्य जिल्लाका नागरिकले शेयर लिन पाउने उल्लेख छ। २०८५ जेठ महिना सम्ममा पूरा गर्ने गरी निर्माण गर्ने आयोजनाले अहिलेपनि सडक निर्माण, पुल निर्माण लगायतका कार्यमा सहकार्य गरेको कम्पनीले जनाएको छ।

प्रतिनिधिसभाका सदस्य योगेश भट्टराई, प्रदेश सांसदहरुको सहभागिता रहेको कार्यक्रममा सहभागीले स्थानीयलाई रोजगारीको अवसर दिनुपर्ने, सीप सिकाएर भएपनि रोजगारी दिनुपर्ने लगायतका माग गरेका छन्। कम्पनीले ३० प्रतिशत रोजगारी स्थानीयलाई दिने जनाएको छ।

लोपोन्मुख सिमल...

लोपोन्मुख सिमल कटान गरिरहेको सूचनाको आधारमा सब डिभिजन वन प्रमुख कृष्णकुमार पटेल तथा सशस्त्र वन रक्षक कमाण्डर अवतार लामाको नेतृत्वमा दलबलसहित बुधबार (हिजो) करिब ५ बजेतिर घटनास्थल पुगेको वन कर्मचारीको टोलीले उनीहरुलाई नियन्त्रणमा लिएको थियो। वनको सुरक्षा नियन्त्रणमा रहेका काठ ठेकेदार साहले आफूले नम्बरी आवादीको रुख भएको विश्वासमा परेर लिख टोलका एकजना जग्गाधनीसँग ३९ हजारमा सिमलको रुख खरिद गरेको बताए। डिभिजन वन अधिकृत (डिएफओ) डिभिजन वन अधिकृत अजयकुमार मिश्रले सिमलको रुख लोपोन्मुख प्रजातिमा पर्ने भएकोले वनको इजाजत नलिई नम्बरी आवादीमै भए पनि काटन पाइँदैन।

अग्लो प्रजातिको जंगली सिमल गिद्ध, चील, सारस, गडुल, सुगा, मैना, लाटोकोसेरो, वन माहुरी (घारे) लगायतका दुर्लभ पन्छी र अन्य जीवका वासस्थान भएकोले यसको संरक्षण प्राथमिकतामा रहेको मिश्रले बताउनुभयो।

इजरायल जान छनोट भएका नेपाली श्रमिकलाई तत्काल नपठाइने

कार्तिक, ८ कार्तिक। सरकारले इजरायलमा नेपाली श्रमिक तत्काल नपठाउने भएको छ। इजरायल र अन्य देशबीचको युद्ध साम्य नभएपछि सरकारले परिस्थिति सहज नहुँदासम्म श्रमिक नपठाउने भएको हो। इजरायलमा शान्तिपूर्ण अवस्था बनेपछि मात्रै श्रमिक पठाउने तयारी रहेको वैदेशिक रोजगार विभागले जनाएको छ। जीटूजी (सरकार–सरकारबीचको समझदारी) प्रक्रियाबाट केयर गिभरको रुपमा इजरायल जाने २ हजार ११२ जना नेपाली श्रमिकको छनोट १४ असोजमा चिट्ठा प्रणालीबाट गरिएको थियो।

वैदेशिक रोजगार विभागका महानिर्देशक सूर्यबहादुर खत्रीले इजरालयमा जाने नेपाली श्रमिकहरुको सुरक्षा सुनिश्चित भएपछि मात्रै पठाउने प्रक्रिया थाल्ने बताए। ‘नेपालीले त्यहाँ असुरक्षा भोग्नु नपरोस् भनेर सचेत छौँ’, उनले भने, ‘परराष्ट्रमन्त्रालयसँग निरन्तर छलफलमा छौं, परिस्थिति सहज नदेखेसम्म पठाउँदैनौं।’ इजरायल पछिल्लो एक वर्षयता समयदेखि प्यालेस्टाइनको हमाससँगको युद्ध लडिरहेको छ। पछिल्लो समय इजरायल–इरानबीच युद्ध चर्कंदो छ। दुवैले एक अर्कालाई लक्षित गरी क्षेप्यास्त्रहरु प्रहार गरिरहेका छन्। लेबनानसँग पनि इजरायल युद्धमा छ।

निरन्तरको युद्धका कारण अहिले इजरायलमा कार्यरत नेपालीहरु त्रसित अवस्थामा छन्। यस्तो बेलामा सरकारले भने रोजगारीका लागि थप नेपालीलाई त्यहाँ पठाउने तयारी गरेपछि त्यसको आलोचना भएको थियो। केयर गिभरको काम गर्न इजरायलले गोला प्रथाबाट छनोट गरेका नेपालीमा एक हजार १५६ महिला र पुरुष ९५६ छन्। छनोट भएका श्रमिकलाई पठाउन स्वास्थ्य परीक्षणपछि पूर्वप्रस्थान अभिमुखीकरण तालिम दिनुपर्छ। तर, अहिले विभाग यी प्रक्रिया अघि बढाइहाल्ने पक्षमा छैन।

गत वर्ष २१ असोजमा प्यालेस्टाइनको हमास समूहले गरेको आक्रमणमा परेर इजरायलमा १० जना नेपालीको मृत्यु भएको छ। बेपत्ता भएका विपिन जोशीको अवस्था अझै अज्ञात छ। यो घटनापछि सरकारले विमान पठाएर २५३ जना र पछि भारत सरकारको सहयोगमा थप १८ जना नेपालीलाई स्वदेश फर्काएको थियो। हाल इजरायलमा करिब ४५ सय नेपाली रहेको अनुमान छ। त्यहाँ लेबनान र इरानले गरेको आक्रमणका कारण नेपालीहरु त्रासमा छन्। त्यसैले युद्ध चर्किएमा विगतमा जस्तै नेपालीहरु उद्धार गर्न समेत तयार हुनुपर्ने भएकाले सरकारले केही समय श्रमिक नपठाउने नीति बनाएको हो।

मिथिलाका शिल्पी माटामा खेल्दै, हाटबजारमा जताततै माटाका भाँडा

गोपालप्रसाद बराल

महोत्तरी, ८ कार्तिक। दीपावली र छठको आगमनसँगै महोत्तरीसहित मधेशकाका हटियामा जताततै माटाका भाँडा देखिन्छन्। सामान राख्ने तौला, दही जमाउने छ्याँची, पानी राख्ने घडा, बत्ती बाल्ने दियो, छ्याँची छोप्ने ढकन, र कलशका रूपमा प्रयोग हुने अम्खोरा र छठ पर्व लगत्तै सुरु हुने सामाचकेवा तथा त्यसबेला खेलिने हात्ती र खेलौनासहितका माटाका भाँडा हाटका आकर्षण बनेका छन्।

मिथिला परम्परामा माटाका भाँडावर्तन शुद्ध हुने विश्वास तथा प्रयोग गरिने प्रचलनले यी पर्वमा बस्तीपिच्छेका बजारमा उत्साहपूर्वक क्रयविक्रय जारी छ। अन्य पर्वका बेला प्रायः नदेखिने कुम्भकारहरू पनि छैटका बेला नयाँ उमङ्कका साथ बजारमा भेटिन्छन्। उनीहरूका हात साँझबिहान निरन्तर चक्रमा व्यस्त छन्। कतिपय ग्राहकले पेस्की दिएर भाँडा बनाइ दिन माग गरेका छन्। यस्ता ग्राहकको फर्माइस र बजारमा भाँडाको माग बढेपछि अहिले कुम्हाललाई दोमट माटो खोजेर ल्याउने, धुल्याउने, मुछ्ने र थरिथरिका भाँडा बनाउन चक्र घुमाउन भ्याइनभ्याइ छ।

"कि करु हजुर, अखैन सिजन अई, फेरु दिवाली, छठके बाद त हमरासबके खोजबाला कोई नई रहत, ताहीद्वारे आन सब काम छोइडक बर्तन बन्बमे लागल छी"९के गरौं हजुर, अहिले यी भाँडाको बेला छ, दीपावली/छठपछि हामीलाई खोज्ने कोही हुँदैनन्, त्यसैले अहिले अरु सबै काम छाडेर भाँडा बनाउन जुटेका छौं० औरही नगरपालिका-४ श्रीपुर कविलाशाका ५० वर्षीय सुरेश पण्डित कुम्हाल भन्नुहुन्छ।

केही दशकअघिसम्म दैनिक प्रयोजनमा प्रयोग हुने माटाका भाँडा अब यहाँका भान्सामा देखिन छाडेका छन्। माटाका भाँडामा राखिएका सामग्री शुद्ध रहने विश्वास कायमै रहेपनि यी सानो ठक्करमै वा झरेर प्याट्टै फुट्ने भएपछि आम उपभोक्ताले अब दैनिक प्रयोजनका धातु र प्लाष्टिकका भाँडा प्रयोग गर्न थालेका छन्। अन्यबेला खासै प्रयोगमा आउन छाडे पनि दीपावली र छठमा यिनै भाँडा प्रयोग गर्नपर्ने धार्मिक मान्यता र विश्वासले अहिले यस भेगका सबै हाट र बस्तीबस्तीमा माटाका भाँडाका छुट्टै बजार जमेका हुन्।

वैदिक परम्परा, धार्मिक मान्यता र पवित्रताको भावले गर्दा दीपावली र छठमा माटाका भाँडाको प्रयोगले निरन्तरता पाउँदै आएको मिथिलाका संस्कृतिविद्को धारणा छ। पर्वअनुष्ठानका सबै विधिका सामान राख्न नयाँ भाँडा प्रयोग गरिनुपर्ने स्थापित परम्पराले अहिले माटाका भाँडाको माग हुने गरेको संस्कृतिविद् एवं साहित्यकार जलेश्वर नगरपालिकाको बखरी बस्तीका बासिन्दा ८५ वर्षीय महेश्वर राय बताउनुहुन्छ।

हाल पर्वविशेषमा बिक्री हुने भाँडाकै आर्जनबाट आ नो चाडपर्व धान्नसँगै वर्षभरिको नगद खर्चको जोहो गरिन पर्ने हुँदा सपरिवार यसै काममा जोतिनु परेको भङ्गाहा-५ भूचक्रपुरका सीताराम पण्डित कुम्हाल बताउनुहुन्छ। "पहिले हाम्रो गुजाराको पेसा नै यही थियो, अबभने दैनिक आवश्यकतामा प्लाष्टिक र अन्य धातुका भाँडाको प्रयोग बढेपछि चाडपर्वमा खुम्चिएका छौँ" सीताराम भन्नुहुन्छ, "वर्षभरिको गुजारा नै त हैन, थोरथार नगद खर्चको जोहो र चाडपर्वको खर्च भने अहिलेको मेहनतले धान्छ।"

दीपावली र छठ पर्वका अवसरमा महोत्तरीका १५ वटा स्थानीयतहका बजारमा पछिल्ला तीन वर्षको खरिदबिक्री सालाखाला ५० लाख सेरोफेरोको कारोबार हुने गरेको महोत्तरीका उद्योग वाणिज्य संघका पदाधिकारी बताउँछन्। विगतका आठ गाविस समेटेर बनेको जिल्लाको सबैभन्दा बढी भूगोल र जनसंख्या ओगटेको बर्दिबास नगरक्षेत्रमा १५ लाख हाराहारीमा माटाका भाँडाको कारोबार भएको बर्दिबास उद्योग वाणिज्य संघका अध्यक्ष विष्णु खड्का बताउनुहुन्छ।

खाँडो जीता नदीमा पुल नहुँदा आवतजावतमा समस्या

सप्तरी, ८ कार्तिक। सप्तरीको तिलाठी कोइलाडी गाउँपालिका- १ स्थित नाकाबाट स्थानीयवासी दैनिक सयौँको संख्यामा भारतीय बजार जान्छन्। दैनिक उपभोग्य वस्तु खरिद तथा उता रहेका आफन्तकहाँ जाने यहाँका स्थानीयको मुख्य बाटे यही हो। यही नाकामा पर्ने खाँडो-जीता नदीमा पुल नहुँदा पैदलयात्रीलाई आवतजावतमा समस्या हुने गरेको छ। अन्य समयमा नदीमा कम पानी भएकाले जसोतसो ओहोरदोहोर गरिए पनि वर्षायामको बेला जोखिम मोलेर आवतजावत गर्नुपर्ने बाध्यता रहेको तिलाठी कोइलाडी गाउँपालिका-१ का दिपेन्द्र यादवले बताए।

"हाम्रो दिदिबहिनी भारत बिहे गरेर गएका छन्, उताका पनि यहाँ आएका छन्, साउन भदौमा बाढीले आवतजावत गर्नै सकिन्न", उनले भने, "तिलाठी, बेल्ही, सकरपुरा, विरपुर, लोखरमलगायत दर्जनौँ ठाउँका मान्छेले यही बाटेहुँदै हिँड्नुपर्छ, अर्को बाटे जाँदा १५/२० किमी घुमेर जानुपर्छ, पुल नहुँदा धेरै समस्या छ।" राजविराज भन्सार कार्यालय अगाडि चार दशकदेखि चचरी (बाँसको पुल)बाट आवतजावत गरिन्थ्यो। पुल व्यक्तिगत लगानीमा बेल्हीका छेदी राय र उनीपछि छोरा रामचन्द्र रायले बनाउँदै आएका थिए। नजिकका गाउँलेबाट पुल प्रयोग गरेबापत बर्सेनि धान, चामल, गहुँ लिने र टाढाका व्यक्तिले पुलपार गर्दा न्यूनतम शुल्क लिने गरिन्थ्यो। विसं २०७८ जेठमा चचरी बनाउन लाग्दा भारतीय सुरक्षाकर्मीले रोकेपछि चचरी पनि छैन। "चचरी हुँदा त्यति समस्या थिएन् वर्षायाममा साइकल मोटरसाइकल तार्न सकिन्थ्यो", स्थानीयवासी बैजु साहले भने। भारतीय बजारबाट यस नाकाहुँदै आउने मालबाहक गाडी वर्षायाममा रोकिन्छन्। बाढीले विगत तीन दशकदेखि कटान हुँदा समस्या भएको तिलाठी कोइलाडी गाउँपालिका- १ का वडाध्यक्ष दिनेश्वर मिश्रको भनाइ छ। उनले यहाँ संघीय सरकारले पुल निर्माण गर्नुपर्ने बताए। उनले मितेरी पुलको अत्यन्तै आवश्यकता रहेको बताए। "दुई देशबिचको मात्र सम्बन्ध छैन यहाँ त परिवार-परिवार, व्यक्ति-व्यक्तिको सम्बन्ध छ, त्यसलाई थप मजबुत बनाउन पनि यी समस्या समाधान हुनुपर्छ", उनले भने। मालबाहक गाडी र अन्य गाडीको सहज आवतजावत नहुँदा भन्सार कार्यालयको राजस्व सङ्कलनमा प्रत्यक्ष असर पर्ने गरेको भन्सार कार्यालयका सूचना अधिकारी अजयप्रकास भगतले जानकारी दिए।

मुक्तिनाथमा दैनिक ४ हजार जनासम्म दर्शनार्थी पुग्न थाले

काठमाडौं, ८ कार्तिक। हिन्दू तथा बौद्ध धर्मावलम्बीहरूको साझा तीर्थस्थलका रूपमा परिचित मुस्ताङको मुक्तिनाथ मन्दिरमा दर्शनार्थीको घुइँचो लाग्न थालेको छ। दशैँ सकिएलगत्तै मुक्तिनाथमा दैनिक झन्डै चार जनासम्म धार्मिक पर्यटकको आगमन हुन थालेको हो। मौसम सफा भएसँगै मुक्तिनाथ दर्शन गर्न र मुस्ताङको पर्यटकीय स्थलहरूको भ्रमणमा आउने पर्यटक उल्लेख्य मात्रामा वृद्धि भएका मुक्तिनाथ विकास समितिका व्यवस्थापक रबिन सुवेदीले बताए। उनका अनुसार पछिल्लो एक हप्तायता दैनिक चार हजार जनाभन्दा धेरै धार्मिक पर्यटकले मुक्तिनाथ मन्दिरको दर्शन गरिरहेका छन्।

दशैँ तिहारको बिदाको समयलाई उपयोग गर्दै दैनिक हजारौं पर्यटक म्याग्दी हुँदै मुस्ताङ भित्रिने गरेका छन्। मुस्ताङ भित्रिएका पर्यटकमध्ये धेरैजसोको पहिलो रोजाइ मुक्तिनाथ पर्ने गरेको छ। मन्दिर नजिक रानीपौवा बजार क्षेत्रमा ३५ वटा सुविधायुक्त होटल सञ्चालनमा रहेका बताउँदै व्यवस्थापक सुवेदीले अहिले सबै होटल दैनिकजसो धार्मिक पर्यटकले भरिभराउ हुने उल्लेख गरे। इलाका प्रहरी कार्यालय मुक्तिनाथका अनुसार अहिले आउनेमध्ये ८० प्रतिशत आन्तरिक पर्यटक छन्। विदेशी पर्यटकमध्ये धेरैजसो छिमेकी देश भारतका छन्। चक्रिय अन्नपूर्ण पदमार्गको थोराङ भञ्ज्याङ चढेर आउने तेस्रो देशका पर्यटकले पनि मुक्तिनाथको दर्शन गर्ने गरेका मुक्तिनाथ विकास समितिले जनाएको छ।

बिदाको समयमा विद्यालय, क्याम्पस, विभिन्न संघ-संस्थाका प्रतिनिधि तथा युवा सडकमार्ग प्रयोग गरेर मुक्तिनाथ पुग्ने गरेका विकास समितिका व्यवस्थापक सुवेदीले बताए। सामान्य अवस्थामा मन्दिर दिउँसो १२ देखि १ बजेसम्म बन्द रहने भए पनि दशैँलगत्तै दिनभर भक्तजनको घुइँचो लाग्न थालेपछि बिहानदेखि बेलुकीसम्म पूजाआजा र दर्शनका लागि मन्दिरलाई खुला गरिएको मन्दिरका पुजारी कृष्णप्रसाद सुवेदीले जानकारी दिए। 'भक्तजनलाई लाइनमा बसेर सहज रुपमा पूजा र दर्शन गर्ने प्रबन्ध मिलाएका छौं। अशक्त र वृद्धवृद्धाले लाइन बस्नु पर्दैन। मुक्तिनाथको महिमा र प्रचारप्रसारले प्रत्येक वर्ष यहाँ आउने दशनार्थीको संख्यमा उल्लेख्य वृद्धि हुँदै गएको छ', उनले भने। मुक्तिनाथमा दर्शन गर्नाले मनोकामना पूरा हुने र सुख, शान्तिको बास हुने जनविश्वास रहेको छ। मन्दिर परिसरमा रहेका एक सय आठ धारा र मन्दिरको अगाडि रहेको जलकुण्डमा स्नान गरेपछि मन्दिरमा पूजा गर्ने चलन रहेको पुजारी सुवेदीले जानकारी दिए।

मुक्तिनाथ आउने धार्मिक पर्यटकका कारण मुस्ताङको कागबेनी, मुक्तिनाथ, जोमसोम, मार्फा, लेतेसहित म्याग्दीका धेरैजसो होटल भरिभराउ भएका छन्। पर्यटकको आगमन बढ्सँगै आयआर्जन वृद्धि भएको स्थानीय व्यापारी बताउँछन्।

बालबालिकाले आफै मोबाईल चलाउँदैनन्। अभिभावकले अत्याधिक मोबाईल प्रयोग गर्दा उनीहरुले पनि देखेर सिक्छन् र लत बस्छ।

D.B. RAJ ATO CENTER, GOLBAZAR
9852832528, 9817790910, 9814785685, 9842125310

मार्गानुगामी राष्ट्रिय दैनिकका लागि **प्रकाशक/सम्पादक** : कमलेश कुमार यादव, **सह-सम्पादक** : सत्य नारायण चौधरी, **प्रवन्धक** : नविन यादब, कानुनी सल्लाहाकार :कृष्ण प्रसाद दंगाल **कम्प्यूटर ले-आउट : मार्गानुगामी दैनिक कार्यालय** : गोलबजार न.पा-६ (सिरहा) फोन नं. ०३३५४०३५६, ९८५२८३२६३४ e-mail : mgnd2070@gmail.com, website : www.marganugami.com, **मुद्रक** : यदुवंशी अफसेट प्रेस, लहान, (सिरहा)