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 तपाईँलाई 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 १२, अंकः २३ पृष्ठः ४ | २०८२ बैशाख २८ गते आइतबार (Sunday 11 May 2025) | मूल्य रु. ५।- | इमेल : mgnd2070@gmail.com

गोलबजारको निजी अस्पतालमा सुत्केरीको मृत्यु, चिकित्सक पक्राउ

गोलबजार, २७ वैशाख। सिरहाको गोलबजारमा रहेको बर्धमान अस्पतालमा शल्यक्रियाबाट शिशु जन्माएकी एक सुत्केरीको मृत्यु भएको छ। मिर्चैया नगरपालिका–११, सीतापुरकी ३० वर्षीया रामकाशी यादवको मृत्यु भएको हो। अस्पताल र चिकित्सकको लापरबाहीले मृत्यु भएको परिवारका सदस्यले दाबी गरेका छन्। शुक्रबार बिहान व्यथा लागेपछि रामकाशीलाई मिर्चैया–६ स्थित सरकारी अस्पताल लगिएको थियो। तर अस्पतालकी मेडिकल सुपरिटेन्डेन्ट डा. सारिका गोइतले नसा विशेषज्ञ नभएको भन्दै उनलाई सिधै निजी बर्धमान अस्पतालमा रेफर गरेकी थिइन्। बर्धमान अस्पतालमा सञ्चालक तथा शल्यचिकित्सक डा. तेजशंकर यादवले शल्यक्रिया गरेका थिए। रामकाशीले छोरालाई जन्म दिइन्।

तर शल्यत्रियामा भएको लापरबाहीले अत्यधिक रक्तस्राव भएर अवस्था सिकिस्त भएको र पटक–पटक सुविधासम्पन्न अस्पतालमा रिफर गरिदिन आग्रह गरेपनि समयमा नगर्दा छोरीको मृत्यु भएको बुबा बुवा महेश्वर यादवको आरोप छ। उनका अनुसार अस्पतालले यहाँ ठीक हुने आश्वासन दिँदै आज बिहान ३ बजे मात्र उनलाई विराटनगरस्थित न्युरो अस्पताल रिफर गरिएको थियो। तर बिहान ५ बजे त्यहाँ पुग्दा उनको निधन बाटोमै भइसकेको चिकित्सकले घोषणा गरेका थिए। 'शल्यत्रियामा लापरबाहीको कारण रक्तस्राव भयो। अवस्था जटिल भएपछि रिफर गरिदिन पटकपटक भन्यौं। तर यहीं ठिक हुने भन्दै रेफरमा ढिलाई गर्दा अस्पताल र चिकित्सक दुवैको कारण

–बाँकी तीन पेजमा

युद्धविरामको सहमति भएको भारत र पाकिस्तानद्वारा पुष्टि

काठमाडौं, २७ वैशाख। अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्प र विदेशमन्त्री मार्को रुबियोले सामाजिक सञ्जालमा घोषणा गरेजस्तै युद्धविरामका लागि सहमति भएको भारत र पाकिस्तानका अधिकारीहरूले पुष्टि गरेका छन्। भारतीय विदेश सचिव विक्रम मिस्रीले भनेका छन्, 'शनिबार भारतीय समयअनुसार ३:३५ बजे भारत र पाकिस्तानका सैन्य कारबाही निर्देशकहरूबीच फोन वार्तालाप भएको छ। सो कुराकानीका आधारमा भारतीय समयअनुसार शनिबार ५ बजेदेखि दुवै पक्षबीच स्थल, हवाई र जल गरी तीनै क्षेत्रमा युद्ध र सैन्य क्रियाकलाप तत्काल रोक्न दुई पक्षबीच सहमति भएको छ।'

यस्तै, पाकिस्तानी उपप्रधान तथा विदेशमन्त्री इसक दरले पनि भारत र पाकिस्तानबीच तत्काल युद्धविरामको सहमति भएको पुष्टि गरेका छन्। सामाजिक सञ्जाल एक्समा पोस्ट गर्दै उनले पाकिस्तान सँधै यस क्षेत्रको शान्ति र सुरक्षाको पक्षमा रहेको र आफूहरूले देशको सार्वभौमिकता र अखण्डतामा कुनै सम्झौता नगर्ने प्रतिक्रिया दिएका छन्। दुवै पक्षबीच मे १२ मा कुराकानी हुने बीबीसीले जनाएको छ।

नाबालिगमाथि जबरजस्ती करणीको आरोप

महोत्तरी, २७ वैशाख। महोत्तरीको भंगाहा नगरपालिका–९ की एक १७ वर्षीया किशोरीमाथि जबरजस्ती करणी गरिएको आरोपसहित उनकी आमाले जिल्ला प्रहरी कार्यालय महोत्तरीमा जाहेरी दर्ता गराएकी छन्। जाहेरी अनुसार किशोरीलाई विवाहको प्रलोभन देखाई धनुषाको लक्ष्मीनिया गाउँपालिका–२ सिनुरजोडाका नइम कवारीले जबरजस्ती करणी गरेको आरोप लगाइएको छ। पीडितकी आमा रफिदा खातुनले शुक्रबार जनकपुरधाममा पत्रकार सम्मेलनको आयोजना गर्दै छोरीमाथि करणीको जाहेरी दिएपनि अहिले सम्म कुनै कारवाही नगरिएको बताईन।

उनले दिएको जाहेरीअनुसार, उनीकी छोरी गाउँकै विद्यालयमा कक्षा ८ मा अध्ययनरत छिन्। मोबाइलमार्फत संचार हुँदै जाँदा विपक्षी

–बाँकी तीन पेजमा

विद्यार्थी भर्ना अभियान : विद्यालयको प्रतिबद्धता र अभिभावकमा सचेतना आवश्यक

जीवछ यादव

लहान, २७ वैशाख। यतिबेला सामुदायिक विद्यालयहरुमा विद्यार्थी भर्ना अभियान चलिरहेको छ। यद्यपी यो अभियान औपचारिकतामा मात्रै सिमित भइरहेको छ। विद्यालयले विश्वसनीय प्रतिबद्धता र अभिभावकमा चेतना नभए अभियान प्रभावकारी नहुने आवाज उठ्न थालेको छ। केहि वर्ष यता प्रभावकारी हुन नसकिरहेको विद्यार्थी भर्ना अभियानको तथ्याङ्कलाई हेर्ने हो भने प्रष्ट हुन्छ। नाम चलेको शैक्षिक इतिहास कायम गरेका विद्यालयहरूमा कक्षा १ मा भर्ना अभियान कमजोर देखिएको छ। सामुदायिक विद्यालयमा अति विपन्न र दलित समूदायका बालबालिकाहरू मात्र भर्ना भइरहेका छन् भने हुनेखाने वर्गका बालबालिकाहरू सामुदायिक विद्यालयमा भर्ना भएका छैन।

यसैगरी, निःशुल्क पढाउने सरकारी विद्यालयमा भने विद्यार्थी भर्ना सुनसान छ भने महँगो शुल्क त्यति विद्यार्थी भर्ना संस्थागत विद्यालयहरूमा बढ्नुले हाम्रो समाज कतातर्फ गइरहेको छ ? सोचनीय विषय भएको वरिष्ठ लेखक रारिझन यादव बताए। सामुदायिक विद्यालयको भर्ना अभियानलाई प्रभावकारी बनाउनका लागि विद्यालयको तर्फबाट विश्वसनीय प्रतिबद्धता र अभिभावकहरूमा सचेतना आवश्यक रहेको दलित जनकल्याण युवा क्लब लहानका अध्यक्ष उमेश विसुन्केको भनाइ छ। उनले भने, "अति विपन्न र दलित समूदायका बालबालिका मात्रै सामुदायिक विद्यालयमा भर्ना भइरहेको छ। विद्यालयमा पढाउने शिक्षक जनप्रतिनिधि र राजनीतिक दलका अगुवाहरू कसैको बालबालिका सामुदायिक विद्यालययमा भर्ना भइरहेको छैन।"

शिक्षमा सरकारको लगानी बालुवामा पानी खन्याएको जस्तो नहोस्। यसको औपचारिक रूपमा भर्ना अभियान मात्रै गरेर पुग्दैन, विद्यालयले अभिभावकहरूलाई विश्वास दिलाउन आवश्यक छ भने अभिभावकहरूमा सामुदायिक

–बाँकी तीन पेजमा

GUPTA BROTHER'S AUTO TRADE
Mirchaiya, 033-550744 | 9801552812

स्वदेशी मौलिक उत्पादनको प्रवर्द्धन गरौं

- हाम्रो मौलिक उत्पादन पहिचानमात्र होईन आय–आर्जनको स्रोत पनि हो,
- घरेलु र परम्परागत सीपमा आधारित उत्पादनको अभिबृद्धि गर्दै स्वावलम्बी र स्वरोजगार बनौं,
- स्थानीय सीप, क्षमता र कच्चा पदार्थको उपयोग गरौं,
- हस्तकला लगायतका व्यवसाय सानो पूजींमा पनि थालनी गर्न सकिन्छ,
- स्वदेशी उत्पादनबाट आत्मनिर्भर बनौं,
- आयातित वस्तुको सट्टा स्वदेशी उत्पादनलाई प्रोत्साहन गरौं,
- अर्थतन्त्रमा योगदान गरौं, मुलुकलाई समृद्ध बनाऔं।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

सम्पादकीय

सामाजिक सञ्जालबाट घृणा र द्वेष नफैलोस्

सामाजिक सञ्जालको प्रयोगमा सजग र इमानदार नहुने अभ्यास बढ्दै गएको छ। प्रविधिको विकाससँगै पहुँच पनि व्यापक भएकाले सामाजिक सञ्जालको प्रयोगमा पनि नकारात्मक प्रवृत्ति बढ्दगएको हो। हुन त कुनै पनि माध्यमका प्रयोगकर्ताले समाजको अहित नहुनेगरी अभ्यास गर्नुपर्ने सर्त स्वीकार गरेका हुन्छन्। तर, समाजमा घृणा र द्वेष फैलाउनैका लागि सञ्जालका विभिन्न माध्यमको दुरुपयोग भएरहेको छ। भारतीय कश्मीरको पलगाममा आतङ्ककारीद्वारा २६ जनाको हत्या गरिएपछि भएको भारतको 'कारबाही' र पाकिस्तानी प्रत्युत्तरको क्रम बढेर पूर्ण युद्धमा पुग्ने जोखिम बढेको छ। युद्ध भइहाल्यो भने नेपालमा पनि त्यसको बाछिटा पर्न सक्छ। भारत(पाकिस्तानबीच द्वन्द्व चर्कन लाग्दा दुवै देशमा नेपालीहरू विशेषगरी विद्यार्थीहरू जोखिममा परेका छन्। उनीहरूको सुरक्षा र स्वदेश फिर्तीको विषयभन्दा नेपालीहरूले चलाएका सामाजिक सञ्जालमा भने घृणा र द्वेष फैलाउने सामग्री बढी सम्प्रेषण गरिएको देखिन्छ।

एक जना नेपाली युवासमेत मारिएको पहलगाम आतङ्क समुदाय विशेषप्रति लक्षित देखिए पनि यो कुनै समुदायले मच्चाएको ताण्डव होइन। यो नितान्त आतङ्क हो भने आतङ्कारीको समुदाय, धर्म, देश वा समाज हुँदैन। सामाजिक सञ्जाल चलाउने व्यक्तिहरूको दृष्टिकोण र अभिव्यक्तिमा विभिन्नता हुनु पनि अस्वाभाविक होइन। तर, नियन्त्रण गर्न कठिन हुेने हुनाले सामाजिक सञ्जालको प्रयोगमा भने बढी सजग हुनु आवश्यक हुन्छ। विशेषगरी भारत(पाकिस्तान युद्धको सन्दर्भमा नेपाली सामाजिक सञ्जाल प्रयोगकर्ताहरू गैरजिम्मेवार बन्नु समाजकै लागि हानिकारक हुनसक्छ। तर, अहिले केही प्रयोगकर्ताहरूले भने स्थितिको गम्भीरतामा ध्यानै नदिएको देखिन थालेको छ।

सामाजिक सञ्जालबाट सम्प्रदाय तथा मुलुक विशेषप्रति घृणा र द्वेष फैलाउने चेष्टा सफल बन्न नदिन राज्य पनि सावधान हुनुपर्ने देखिएको छ। समाजमा विद्वेषको विष नफैलँदै प्रभावकारी निगरानी र नियमन जरुरी हुन्छ। आशा गरौँ, सामाजिक सञ्जालका प्रयोगकर्ताहरू स्वयं नै परिस्थितिको गम्भीरता आफ्नो दायित्वप्रति सजग हुनेछन्। राज्यले नियन्त्रण गर्नुपर्ने अवस्था आउन दिनेछैनन्। कदाचित प्रयोगकर्ता गैरजिम्मेवार बने भने राज्यले उचित कारबाही पनि गर्नुपर्छ। समाजमा द्वेष र घृणा फैलँदा हुने क्षतिका तुलनामा सामाजिक सञ्जालको नियमन पक्कै महँगो ठहरिनेछैन।

उपनिवेश विरुद्धसँगै लडेका भारत र पाकिस्तान जुध्नु हुँदैन

विजय प्रसाद

युद्धको औपचारिक थालनी नै भयो भने अन्ततः भारत र पाकिस्तान दुवै मुलुकले युद्ध धान्न सक्दैनन्। बदला तथा प्रतिबदलाको शृङ्खलाले अहिलेका लागि भावनात्मक रूपमा केही प्राप्त भए जस्तो लागेता पनि त्यसले अन्ततः दुवै पक्षलाई नै क्षति पुऱ्याउँछ। यस्तो अवस्थामा रक्तपातको बदला अर्को ठुलो रक्तपातको के अर्थ हुन्छ ? भारत र पाकिस्तान दुवै तर्फका सम्भ्रान्तहरू आफ्नो वर्चस्व स्थापित गर्न वा कायम राख्न यस्ता द्वन्द्व प्रयोग गर्ने गर्छन्। उनीहरू यस्ता समस्या समाधान हुनुको सट्टा गरिबहरू मारिदा पनि केही फरक पर्दैन भन्ने ठान्छन्। सिन्धु नदीको पानी बाँडफाँटलाई लिएर भएको जल सन्धि असाध्यै ठुलो महत्वको सन्धि हो।

सन् १९६० पछि भएका हरेक विवाद र युद्धको अवस्थामा पनि यो जोगिँदै आएको थियो। तर, अहिले यसलाई खारेज गरिएको छ। यसले शान्तिको बाटोमा लैजाँदैन। पानीलाई युद्धको हतियार बनाउने कामले तनाव घटाउनुको सट्टा अझै बढाउँदै लैजान्छ। यसले अझै खतरनाक नजिरको रूपमा काम गर्छ। भारतले आफूले प्रतिबद्धता जाहेर गरेका अन्तर्राष्ट्रिय जिम्मेवारीबाट पन्छिन मिल्दैन। आक्रोश हाबी भएको अहिलेको अवस्थामा यसले शत्रुता बढाउने तथा द्वन्द्व लम्ब्याउने काम मात्रै गर्छ। भारत र पाकिस्तान आपसमा मिलेर बस्नुको विकल्प छैन। हामी त छिमेकी हौँ। हाम्रा असाध्यै धेरै साझा सांस्कृतिक निरन्तरता छन्।

हामीले मिलेर एकसाथ बेलायती उपनिवेश विरुद्ध संघर्ष गरेका हौँ। हाम्रा त्यस्ता साझा ऐतिहासिक विरासतले हामीलाई एकैठाउँमा ल्याउन सक्छन्। हामी आपसमा झनै टाढिँदै जानुको सट्टा मिलेर हाम्रा साझा समस्या समाधान गर्न सक्छौँ। अहिले चलिरहेका जस्ता हमलाले हाम्रा सेनाका विभिन्न इकाई ध्वस्त पार्न मात्रै सक्छन्। तर, अहिलेको अवस्था सिर्जना गर्ने समस्याको जरोमा पुगेर समाधान गर्न भने सक्दैनन्।

पहलगाममा भएको आक्रमण असाध्यै अमानवीय र नृशंस थियो भन्नेमा कुनै शंका रहेन। यो घटनाले संसारभरका मान्छेको मन दुःखेको छ। घटनास्थलमा संलग्न हमलावरले मानिसलाई धर्म सोधी–सोधी मारेका छन्। यो वा त्यो बहानामा यस्ता आततायी घटनाको कदापि महिमामन्डन गर्नु हुँदैन। यस्तो अवस्थामा सरकार कसरी अघि बढ्ने भन्ने प्रश्न आउन सक्छ। जब यस्ता घटना घट्छन् सरकारले सबै भन्दा पहिले सत्य तथ्य पत्ता लगाउनु पर्छ। कसले योजना बनायो तथा लागू गरायो भन्ने बुझ्नुपर्छ। त्यस्ता अनुसन्धानले भविष्यमा यस्ता दुर्घटना हुनबाट जोगाउन सक्छ।

सरकार र यसका निकायहरूको असफलताबारे पनि अनुसन्धान आवश्यक छ। अझ खास गरि काश्मीरीहरूलाई राजनीतिक धक्काको रूपमा संविधानको धार ३७० हटाए पछिको अवस्थामा त्यस्तो अनुसन्धान झनै धेरै आवश्यक छ। पाकिस्तानका रक्षा मन्त्रीले केही समय अघि मात्रै केही गम्भीर कुरा गरेका थिए। सन् १९७८ पछि साउदी अरबको युद्ध तथा अफगानिस्तानको युद्धको समयमा अमेरिकालाई सघाउनका लागि पाकिस्तानले अपराधीहरुलाई आश्रय दिएको कुरा उनले स्वीकार गरेका थिए। साथै उनले पाकिस्तान अबका दिनमा यस्तो गतिविधिमा संलग्न हुन नचाहेको समेत बताएका थिए।

यसलाई भारतले कूटनीतिक मौकाका रूपमा लिन सक्थ्यो। यसबाट द्विपक्षीय संवादको सुरुवात गर्न सकिन्थ्यो। तनाव मत्थर बनाउन सकिन्थ्यो। काश्मीर तथा बलोचिस्तानलाई एक–अर्काको विरुद्ध प्रयोग गर्ने ठाउँ बन्नबाट रोक्न सकिन्थ्यो। यसले आपसमा विश्वासको वातावरण सिर्जना गर्थ्यो। भारत र पाकिस्तान यसरी जुधेर हुँदैन। उनीहरूले मानवतालाई आपसी अविश्वास तथा अस्थिरताको जन्जालबाट बाहिर निकाल्नै पर्छ। हामीलाई साझा भविष्यको खाँचो छ। यस्तो भविष्य भारत र पाकिस्तान अनिवार्य रूपमा मिलेर निर्माण गर्नुपर्छ।

के पेट र दिमागको सम्बन्ध टुट्दा डिप्रेसन हुन्छ ?

हाम्रो आन्द्रामा१० करोडभन्दा बढी स्नायु कोशिकाहरू हुन्छन्, जसले शरीरको ९५ प्रतिशत सेरोटोनिन उत्पादन गर्छ। सेरोटोनिन यस्तो रसायन हो जुन हाम्रो मुड र खुसीसँग सम्बन्धित हुन्छ। पछिल्ला अनुसन्धानहरूले देखाएका छन्, हाम्रो आन्द्रामा रहेका माइक्रोबायोटा अर्थात् खबौं ब्याक्टेरिया, भाइरस, ढुसी तथा अन्य सूक्ष्म जीवहरू हाम्रो शरीर र मस्तिष्कको स्वास्थ्यका लागि अत्यन्त महत्त्वपूर्ण हुन्छन्। यसबाट स्पष्ट हुन्छ कि हाम्रो आन्द्रा र मस्तिष्क एक–अर्कासँग जोडिएका छन् र एक–अर्कालाई प्रभाव पार्छन्। सायद तपाईंले कुनै महत्त्वपूर्ण भेटघाट अगाडि चिन्ता वा बान्ता हुने अनुभूति गर्नुभएको छ, वा कब्जियत हुँदा झर्को लाग्ने महसुस गर्नुभएको छ होला। यी सबै लक्षणहरू आन्द्रा र मस्तिष्कको सम्बन्धकै असर हुन्। तर प्रश्न यो उठ्छ कि आन्द्रा र मस्तिष्कको यो सम्बन्ध कसरी बन्ने गर्छ ? के यस सम्बन्धलाई अझ सुदृढ बनाएर हामी स्वस्थ र सुखी जीवन बाँच्न सक्छौं ?

के झर्कोफर्कोले तनाव बढाउँछ ?

पेट रोग विशेषज्ञ तथा बेलायतस्थित बाउल रिसर्चकी शोधकर्ता डा. सलिहा महमूद अहमदका अनुसार मस्तिष्क र आन्द्रा तीन तरिकाबाट एक–अर्कासँग जोडिएका हुन्छन्। पहिलो– भेगस नर्भ, जुन स्नायुतन्त्रको एक अत्यन्तै महत्त्वपूर्ण संरचना हो। यो स्नायुले मस्तिष्कलाई मुटु र आन्द्राजस्ता प्रमुख अंगहरूसँग सिधै जोड्दछ। दोस्रो– हर्मोनको माध्यमबाट मस्तिष्क र आन्द्राबीचको सम्बन्ध। र, तेस्रो– रोग प्रतिरोधी प्रणाली। डा. अहमद भन्छिन्, 'धेरैजसो मानिसहरूलाई शरीरको प्रतिरक्षा प्रणाली कोशिका (इम्युन सेल्स) केवल रगत वा लिम्फ नोड्समा मात्र सक्रिय हुन्छ भन्ने लाग्नसक्छ। तर वास्तवमा यसको ठूलो हिस्सा आन्द्रामा सक्रिय हुन्छ। यसले मस्तिष्क र सम्पूर्ण शरीरलाई जोड्ने महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्दछ। अमेरिकास्थित मेयो क्लिनिकका पेटरोग विशेषज्ञ डा. पंकज जे. पसरिचाका अुनसार मस्तिष्क र आन्द्राबीच यस्तो सम्बन्ध हुनुको कारक तत्व चाहीँ मस्तिष्कले कार्य गर्न अत्यधिक ऊर्जा आवश्यक पर्नु हो।

वास्तवमा आन्द्रा हाम्रो शरीरलाई ऊर्जा उपलब्ध गराउने 'पावरहाउस' हो। उनी भन्छन्, 'मस्तिष्क शरीरको कुल तौलको करिब दुई प्रतिशत मात्र हो, तर यसले शरीरको कुल ऊर्जाको २० प्रतिशत प्रयोग गर्छ।' मस्तिष्कले आन्द्रालाई असर गर्छ, तर आन्द्राले पनि मस्तिष्कलाई असर गर्छ। यसलाई तपाई आफ्नो दैनिक जीवनका थुप्रै घटनाहरूबाट बुझ्न सक्नुहुन्छ। जब हामी कुनै खतरा महसुस गर्छौं वा अफिसमा कुनै महत्त्वपूर्ण मिटिङ जस्ता घटनाहरूमा सहभागी हुन्छौं, तब हाम्रो पहिलो शारीरिक प्रतिक्रिया आन्द्राबाट देखिन्छ। जस्तै वाकवाकी लाग्नु, पेट दुख्नु वा कहिलेकाहीं पातलो दिसा हुनु। जब हामी कसैलाई प्रेम गर्छौं, त्यतिबेला पनि 'पेटमा काउकुती' महसुस हुन्छ। यो भावनात्मक प्रतिक्रिया हो, जुन हामीले आफूले मन पराएको व्यक्तिको उपस्थितिमा अनुभव गर्छौं। त्यसैगरी, यदि तपाईंलाई कब्जियत भएको छ र दिसा गर्न सक्नु भएको छैन भने, त्यसले तपाईंमा झर्कालुपन र तनाव पैदा गर्न सक्छ।

हाम्रो पेटभित्र हुन्छ एउटा पूरै संसार

हाम्रो आन्द्रामा१० खरबभन्दा बढी सुक्ष्मजिव कोशिका हुन्छन्, जसमा ब्याक्टेरिया, भाइरस, ढुसी, प्रोटोजोआ र अन्य सूक्ष्म जीवहरू समावेश छन्। यो संख्या मानव शरीरमा पाइने कूल कोशिकाहरुको संख्याभन्दा पनि बढी हुन्छ। गत दुई दशकमा हाम्रो पेटमा हुने यस्ता सुक्ष्म जीवले हाम्रो स्वास्थ्यमा पार्ने प्रभावका बारेको ज्ञानमा उल्लेखनीय रूपमा वृद्धि भएको छ। डा. अहमदका अनुसार वैज्ञानिकहरूले विकास गरेका नयाँ उपकरण र परीक्षणहरूले आन्द्रामा बसोबास गर्ने सूक्ष्म जीवहरूबारे बुझ्न धेरै सहयोग पुऱ्याएका छन्। सन् २०११ मा डा. पसरिचाले मुसामा गरेको एक अनुसन्धानले देखाएको थियो कि ग्याष्ट्रिक इरिटेशन (पेटको जलन) ले 'दीर्घकालीन डिप्रेसन र चिन्ताजस्ता व्यवहारसम्बन्धी समस्याहरू' उत्पन्न गराउन सक्छ। अन्य अनुसन्धानहरूले देखाएका छन् कि डिस्बायोसिस (अर्थात् आन्द्राको माइक्रोबायोटा असन्तुलन) ले मोटोपन, मुटु सम्बन्धी रोगहरू क्यान्सर समेतको जोखिम बढाउँछ।

राम्रो माइक्रोबायोटाका लागि स्वस्थ आहार

हालै आन्द्रा–दिमागको सम्बन्ध र माइक्रोबायोटा सम्बन्धी भएका नयाँ अनुसन्धानहरूबाट एउटा प्रश्न उब्जिएको छ– के हाम्रो पेटमा बसोबास गर्ने सूक्ष्म जीवहरूको 'पूर्ण सन्तुलन' सम्भव छ ? डा. अहमदका अनुसार, यसको उत्तर दिन सजिलो छैन। किनभने हरेक व्यक्तिको शरीरमा हुने ब्याक्टेरिया, भाइरस र अन्य सूक्ष्म जीवहरूको संरचना फरक–फरक हुन्छ। विज्ञहरूका अनुसार केही सामान्य उपायहरू छन् जो हाम्रो आन्द्राको स्वास्थ्यका लागि लाभदायक मानिन्छन्। यसका लागि सन्तुलित र विविध प्रकारको भोजन एउटा राम्रो सुरुआत हुन सक्छ। यसका लागि प्रोबायोटिक राम्रो विकल्प हो। प्रोबायोटिक भनेको त्यस्तो खाना हो जुन पाचन प्रणालीका लागि उपयोगी हुन्छ। प्रोबायोटिक खानेकुराको सबैभन्दा राम्रो उदाहरण हो– दही। साथै, फलफूल र तरकारी पनि राम्रो विकल्प हुन्।

विज्ञका अनुसार भोजनमा विविधता अत्यन्तै आवश्यक छ। र, यसमा विशेष गरेर बोटबिरुवाबाट प्राप्त हुने खाद्य पदार्थहरू महत्त्वपूर्ण हुन्छन्। हरेक व्यक्तिले आफ्नो आहारमा फलफूल, तरकारी, अन्न र दालजस्ता कुराहरूको मात्रा हरेक दिन ध्यानपूर्वक मिलाउनुपर्छ। डा. अहमदका अनुसार जो मानिसहरू हप्तामा औसत ३० किसिमका बोटबिरुवामा आधारित खाद्य पदार्थ खान्छन्, उनीहरूको शरीरमा माइक्रोबायोम बढी स्वस्थ हुन्छ। के आहारमा परिवर्तनले भावना र मनोदशालाई असर पार्न सक्छ ? के यसले डिप्रेशनजस्ता समस्यामा सहयोग पुऱ्याउन सक्छ ? यस विषयमा अक्सफोर्ड विश्वविद्यालयले एउटा अध्ययन गरेको थियो। विशेषज्ञहरूले डिप्रेशनबाट पीडित ७१ जना स्वयंसेवकहरूलाई दुई समूहमा बाँडे। पहिलो समूहलाई चार हप्तासम्म प्रोबायोटिक आहार दिइयो। दोस्रो समूहलाई प्लेसिबो (नक्कली औषधि) दिइयो। यो अध्ययन यस्तो प्रकारको थिया, जहाँ कसलाई के दिइएको हो भन्ने कुरा न त वैज्ञानिकलाई थाहा थियो, न स्वयंसेवकलाई नै। यस अध्ययनमा मनोवृत्ति, चिन्ता, निद्रा र थुकमा पाइने कोर्टिसोल (तनावसँग सम्बन्धित हर्मोन) जस्ता चिजहरूको परीक्षण गरियो।

यो अध्ययन पोर्चुगलको युनिभर्सिटी इन्स्टिच्युट अफ लिस्बनको स्कूल अफ सोशल साइन्सेसमा सहायक प्राध्यापक रिटा बायाओको नेतृत्वमा गरिएको थियो। उनका अनुसार डिप्रेशनबाट पीडित मानिसहरू सामान्यतः तटस्थ वा सकारात्मक संकेतको सट्टा नकारात्मक संकेत र अनुहारका भावहरूमा बढी ध्यान दिन्छन्। उनी भन्छिन्, 'हामी बुझ्न चाहन्थ्यौं कि के प्रोबायोटिक सेवनले मस्तिष्कमा भावनात्मक सूचनाको प्रक्रियामा असर पार्न सक्छ ? प्रोबायोटिक समूहमा हामीले देख्यौं कि अनुहारका भावहरू र अन्य संकेतहरूको पहिचान गर्ने क्रममा उनीहरूको नकारात्मक संकेततर्फको झुकाव कम थियो।' उनका अनुसार प्रोबायोटिक्सले डिप्रेशनसँग सम्बन्धित केही लक्षणहरू कम गर्न सक्ने सम्भावना देखिन्छ, तर यसमा अझ गहिरो अनुसन्धान आवश्यक छ। बीबीसी

गोलबजारको निजी ...

मेरो छोरीको अकालमा ज्यान गुमेको छ। हामीलाई न्याय चाहियो,' बुवा महेश्वरले भने।

घटनापछि आक्रोशित स्थानीयवासी र परिवारले शवसहित पूर्व–पश्चिम राजमार्ग अवरुद्ध गरका थिए। त्यसपछि इलाका प्रहरी कार्यालय गोलबजारका प्रमुख प्रहरी निरीक्षक गोविन्दकुमार साहको टोलीले डा. तेजशंकर यादवलाई नियन्त्रणमा लिएको छ। जिल्ला प्रहरी कार्यालय सिरहाका प्रवक्ता डीएसपी बिरेन्द्र कुमार पासवानले घटनाबारे अनुसन्धान सुरु भइसकेको जानकारी दिए। शवलाई पोस्टमार्टमका लागि धरान पठाइएको छ। आफन्तहरूले घटनाको निष्पक्ष अनुसन्धान र लापरबाही गर्ने अस्पताल र चिकित्सक माथि कारबाहीको माग गरेको छ।

डा. तेजशंकर यादव यसअघि पनि विवादमा मुछिँदै आएका छन्। यादव प्रादेशिक अस्पतालमा कार्यरत हुँदा केही महिना अघि महोत्तरीकी रिंकु कुमारी सिंहको पेटमै गज छोडिएको आरोपमा नेपाल मेडिकल काउन्सिलमा मुद्दा चलिरहेको छ। औरही–४ की राधा दासको नवजात शिशुको मृत्यु प्रकरणमा पनि उनीमाथि संलग्नताको आरोप लागेको थियो।

नाबालिगमाथि ...

नइम कवारीसँग चिनजान भएको र पछिल्लो समय नियमित सम्पर्क भइरहने गरेको थियो। विपक्षीले विवाहको झूटो आश्वासन दिँदै पीडितलाई २०८१ साल माघ ४ गते दिउँसो २ बजे बाँसघारी क्षेत्रको एकान्त स्थानमा बोलाई जबरजस्ती करणी गरेको आरोप लगाइएको छ।

घटनापछि पीडित किशोरीको मानसिक अवस्था बिग्रिएको र उनी निकै आघातमा रहेको पीडितकी आमाले वताएकी छन्।पीडित पक्षले मुलुकी अपराध संहिता २०७४ को दफा २१९ बमोजिम विपक्षीमाथि कानुनी कारबाहीको माग गर्दैहदैसम्मको सजाय र क्षतिपूर्ति समेत माग गरेकी छन्।जिल्ला प्रहरी कार्यालय महोत्तरीले घटना सम्बन्धमा अनुसन्धान अघि बढाइएको जनाएको छ।

विद्यार्थी भर्ना ...

विद्यालयमा गुणस्तरीय शिक्षा दिँइदैन फैलिएको भ्रम हटाउन आवश्यक रहेको मानव अधिकारवादी राजकुमार राउतको धारणा छ। यस पटकको एक महिना शिक्षक महासंघको नेतृत्वमा भएको आन्दोलनका कारण सामुदायिक विद्यालयहरूमा भर्नादर भन कम हुने संकेत देखिएको छ। शिक्षकहरू काठमाडौँमा आन्दोलन गरिरहँदा यता संस्थागत विद्यालयहरूले भर्ना अभियान सकेर पढाइ पनि सुरु गरिसकेको थियो। अवकास प्राप्त माध्यमिक विद्यालयका शिक्षक रामविहारी साहले सामुदायिक विद्यालयप्रतिको दृष्टिकोण नबदलिए कक्षा पाँचसम्म भर्ना नै नहुने अवस्था मधेश प्रदेशमा देखिएको बताए।

समस्याको चपेटामा राजविराज कारागार

विनय कर्ण

सप्तरी, २७ वैशाख। यही वैशाख १४ गते राति कारागार कार्यालय सप्तरी राजविराजबाट एक जना कैदी फरार भयो। चोरी मुद्दामा धरौटी बुझाउन नसकेर जेल चलान भएका सप्तरीको शम्भुनाथ नगरपालिका– ११ घर भएका ३५ वर्षीय कैदी रामानन्द मण्डल कारागारबाट फरार भएका थिए। कारागार प्रशासन कैदी मण्डलको अवस्थाबारे अहिले पनि अज्ञात नै छ। सो दिन राति हवाहुरी र चट्याङसँगै आएको वर्षाका कारण विद्युत् अवरुद्ध भएको थियो। त्यही मौका छोपेर कैदी मण्डल फरार भएको कारागार कार्यालय सप्तरीका प्रमुख मातृकाप्रसाद दाहाल बताए। काठमाडौँ जिल्ला अदालतमा दायर भएको चोरी मुद्दामा एक लाख ४० हजार घरौटी अदालतले मागेपछि सो तिर्न नसकेर कारागार चलान गरिएका मण्डललाई केन्द्रीय कारागार काठमाडौँले २०८१ पुस ६ गते राजविराज कारागारमा पठाएको थियो।

जिल्ला प्रहरी कार्यालय सप्तरीका प्रहरी उपरीक्षक ढकेन्द्र खतिवडाले फरार कैदीको खोजी कार्य भइरहेको बताउनुभयो। कारागार प्रशासनको भनाइ पनि प्रहरी उपरीक्षक खतिवडा भन्दा फरक छैन। तर, फरार कैदी अहिलेसम्म पक्राउ गर्न सकेको छैनन्। यसरी कारागारबाट कैदी फरार हुनु र अहिलेसम्म पनि पक्राउ नपर्नुले कारागारको सुरक्षा व्यवस्था माथि नै प्रश्न चिन्ह खडा भएको छ।

समस्याको चपेटामा कारागार

राजविराज कारागार कारागार मुलुकै पुरानो कारागारमध्ये एक हो। कुल दुई बिघा १३ धुर क्षेत्रफल रहेको कारागारको एक बिघा जग्गा अतिक्रमणको चपेटामा परेको छ। त्यो अतिक्रमण हटाउने प्रयास कहि कतैबाट भइरहेको छैन। केही वर्षअघि सप्तरीमा भूपेन्द्र थापा प्रमुख जिल्ला अधिकारी हुँदा उहाँले कारागारको अतिक्रमित जग्गा खाली गर्न सार्वजनिक सूचना निकाल्नु भएको थियो, तर थापाको सरुवा भएपछि त्यतातिर स्थानिय प्रशासनले कुनै पहल भएको देखिँदैन। कारागारको भवन जीर्ण छ। एक सय ५५ जनासम्म कैदी राख्ने क्षमता भएको कारागारमा अहिले पाँच महिलासहित तीन सय ९८ जना कैदीबन्दी राखिएको जेलर मातृकाप्रसाद दाहालले बताए।

अहिलेको आधुनिक युगमा पनि कारागार जस्तो संवेदनशील स्थानमा सिसिटिभी क्यामेरा, जेनेटर जस्ता उपकरण छैन। त्यसले सुरक्षामा अझै चुनौती थपिएको छ। जेनेटर समेत नहुँदा बत्ती गएको बेला टर्च र इमरजेन्सी लाइटको भरमा निगरानी गर्नुपर्ने पर्ने बाध्यता रहेको जेलर दाहालले सुनाए। उनले कैदी ओसार पसारका लागि प्रयोग गरिने कारागारको एक गाडी बिग्रेर महिनौदेखि लहानस्थित एक ग्यारेजमा थन्किएको तर बजेटको अभावमा ल्याउन नसकिएको गुनासो पोखे।

"बजेटको आभावमा मर्मत भएर राखिएको गाडी ल्याउन सकिएको छैन, कुनै कैदी बिरामी पर्दा सिटी रिक्सामा अस्पताल पुऱ्याउनुपर्ने बाध्यता छ" जेलर दाहालले भने। कारागारमा १२ जना कर्मचरीको दरबन्दी रहेकोमा आठ जना मात्रै रहेको बताउँदै उहाँले जेलको समस्याबारे केन्द्रीय कारागारलाई पनि जानकारी गराई सकिएको बताए। कारागार सुरक्षाका लागि कारागारको पर्खालको चारैतीर काँडेतार यसै आर्थिक वर्षमा लगाइने र सिसिटिभी क्यामेरा जडानका लागि मधेश प्रदेश सरकारमा पहल गरिएको उनले जानकारी दिए।

देशभरिका खानेपानी आयोजनालाई उच्च प्राथमिकतामा राखेर बजेट विनियोजन हुन्छ : मन्त्री यादव

वीरगञ्ज, २७ वैशाख। खानेपानीमन्त्री प्रदीप यादवले देशभरिका खानेपानी आयोजनालाई उच्च प्राथमिकतामा राखेर आगामी आर्थिक वर्षको बजेट विनियोजन गरिने बताएका छन्। शनिबार वीरगञ्ज महानगरपालिका–१६ मा नागवा खानेपानी ओभरहेड ट्यांकीको शिलान्यास कार्यक्रमलाई सम्बोधन गर्नु हुँदै मन्त्री यादवले नेपाली जनतालाई शुद्ध र सुरक्षित खानेपानी वितरणका लागि पर्याप्त बजेट विनियोजन गरिने बताएका हुन्। उनले भने, "नागरिकलाई शुद्ध सुरक्षित खानेपानी वितरण गर्नु मेरो प्रमुख लक्ष हो। खानेपानीका क्षेत्रमा पर्याप्त बजेट विनियोजन हुन्छ। सबै नागरिकलाई सुरक्षित पानी वितरण गर्छौं।"

आगामी आर्थिक वर्ष २०८२/८३ मा सबै नागरिकलाई स्वच्छ र गुणस्तरीय खानेपानी उपलब्ध गराउने तथा सरसफाइका क्षेत्रमा लगानी वृद्धि गरेर दिगो विकासको लक्ष्य हासिल गरिने मन्त्री यादवले बताए। उनले भने, "आगामी वर्ष सबै तराई, मधेस, हिमाल र पहाडका नागरिकलाई स्वच्छ र गुणस्तरीय खानेपानी पुऱ्याउने हेतुले सिङ्गो मन्त्रालय लागि परेको छ। खानेपानीको पहुँच वृद्धि गरी स्थानीय तह र उपभोक्ताको सह लगानीमा खानेपानी आयोजना एकीकृत रूपमा सञ्चालन गर्नेछौं।" नागवा खानेपानी ओभरहेड ट्याङ्की आयोजना १८ महिनाभित्र सम्पन्न गरिने लक्ष्य राखिएको र आफूले मन्त्रीको हैसियतले यथासमयमा काम सम्पन्न होस् भनेर नियमित अनुगमन गर्ने समेत मन्त्री यादवले आश्वासन दिए। आजको कार्यक्रममा वीरगञ्ज महानगरपालिका नगर प्रमुख राजेशमान सिंह, वडा नं–१६ का वडासदस्य लवङ्गी देवी, वीरगञ्ज–१५ का वडाअध्यक्ष रमेश यादव, वडा न.१६ का वडासदस्य प्रमोद यादव, जसपा जिल्ला अध्यक्ष तथा बहुदरमाईका नगर प्रमुख सिंघासन साह तेली, जिल्ला समन्वय समिति पर्साको प्रमुख अजय सर्राफ, जसपा केन्द्रीय सदस्य जन्नत अन्सारी, जसपा केन्द्रीय सदस्य पुरुषोत्तम लाल झा लगायतको सहभागिता रहेको थियो।

भारत–पाकिस्तान सैन्य तनावको प्रभाव :

सिरहाको सीमा क्षेत्रमा सुरक्षा सतर्कता उच्च

सिरहा, २७ बैशाख। भारत–पाकिस्तानबीचको पछिल्लो सैन्य तनावको प्रभाव नेपाल–भारत सीमामा समेत परेको छानेपाल–भारत सीमा क्षेत्रमा सुरक्षाकर्मीहरूले आवतजावतमा कडाइ गरेका छन्। सिरहा नगरपालिका १७ माडरस्थित सीमा क्षेत्रमा सुरक्षा सतर्कता उच्च बनाइएको छ। नाकामा दुवै देशका सुरक्षाकर्मीहरू तैनाथ छन्। दुवै देशका सुरक्षा निकायले तालमेल गर्दै संयुक्त गस्ती थालेका छ्न्। सशस्त्र प्रहरी बल नेपाल र भारतीय सीमा सुरक्षा बल (एसएसबी) बीच सीमा क्षेत्रमा हुने अवैध गतिविधि नियन्त्रण र शान्ति सुरक्षा सुनिश्चित गर्न संयुक्त गस्ती सुरु गरिएको छ। सुरक्षाफौजको यस्तो सहकार्यले सीमावर्ती क्षेत्रमा अनावश्यक आवतजावत, तस्करी तथा आपराधिक गतिविधि नियन्त्रण गर्न मद्दत पुग्ने अपेक्षा गरिएको छ।

भारत–पाकिस्तान तनावले उक्त क्षेत्रका नागरिकहरू नेपाल प्रवेश गर्ने खतरा रहेको सुरक्षा निकायको निष्कर्ष छ। गृह मन्त्रालय स्रोतका अनुसार युद्धका बेला पीडितहरू अन्य देशमा शरण माग्न जाने प्रचलन छ। यस्ता समूहहरू लुकीछिपी नेपाल प्रवेश गर्न सक्ने सम्भावना रहन्छ। यसका लागि सरकारले सीमामा संयुक्त गस्ती बढाउने, विशेष निगरानी गर्ने र सबै सुरक्षा निकायलाई हाई अलर्टमा राख्ने सरकारको तयारी छ। परिचय नभएका व्यक्तिलाई नेपाल प्रवेशमा रोक लगाउने निष्कर्ष पनि निकालिएको छ।

मधेसमा नयाँ रङ्गशाला निर्माण र पुराना संरचना मर्मत गर्न बजेट विनियोजन गरिने

महेन्द्रनगर, २७ वैशाख। युवा तथा खेलकुदमन्त्री तेजुलाल चौधरीले आगामी बजेटमा मधेस प्रदेशमा नयाँ रंगशाला निर्माण तथा पुराना संरचना मर्मतका लागि आवश्यक बजेट विनियोजन गर्ने बताएका छन्। जनकपुरधाम उपमहानगरपालिकाको आयोजना तथा जिल्ला क्रिकेट संघको समन्वयमा आजदेखि जनकपुरधामको रजौलमा रहेको रामजानकी बहुउद्देश्यीय रङ्गशालामा सुरु भएको तेस्रो जनकपुरधाम मेयर कप टी–२० क्रिकेट प्रतियोगिताको उद्घाटन गरेका थिए। मन्त्री चौधरीले मधेस प्रदेशमा आयोजना हुने ११ औं राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिताको तयारीका लागि पूर्वाधारका निर्माणलाई सरकारले उच्च प्राथमिकतामा राखेर आगामी बजेट विनियोजन गर्ने बताएका हुन्।

उनले जनकपुरधामको रामजानकी बहुउद्देश्यीय अन्तरराष्ट्रिय रंगशाला निर्माणमा मन्त्रालयले गुठी संस्थानसँग सम्झौता गराउन पहल गरिरहेको जानकारी गराए। खेलकुदको विकासमा स्थानीय तहको अहम् भूमिका रहने उल्लेख गर्दै जनकपुरधाम उपमहानगरपालिकाले निरन्तर मेयर कपको आयोजना गरेर खेल तथा खेलाडीको मनोबल बढाउन महत्त्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गरेकामा उनले प्रशंसा गरे। मधेस प्रदेशका खेलकुद तथा समाज कल्याण मन्त्री प्रमोद जयसवालले जनकपुरधाममा रामजानकी बहुउद्देश्यीय रंगशालाको निर्माणका लागि वैधानिक प्रक्रिया अगाडी बढाइसकेकाले चाँडै रंगशाला निर्माणको बाटो खुला हुने बताए।

उनले मधेस प्रदेशकै आठ जिल्लामा रङ्गशाला निर्माण गर्ने पक्षमा प्रदेश सरकार रहेको बताए। पुराना अधुरा खेलकुदको आयोजना निर्माण सम्पन्न गर्नुपर्ने दायित्व प्रदेश सरकारकै भएको उनको धारणा छ। जनकपुरधाम उपमहानगरपालिकाका मेयर मनोजकुमार साहले जनकपुरधाम उपमहानगरपालिका–१४ रजौलस्थित रामजानकी बहुउद्देश्यीय रङ्गशालाको निर्माण प्रक्रिया अगाडि बढिसकेको र चाँडै सम्पन्न हुने विश्वास व्यक्त गरे। नेपाल क्रिकेट संघका कोषाध्यक्ष पद्म खडकाले नेपाली खेलकुदको विकासका लागि तीनै तहका सरकारको सहयोग र साथ आवश्यक भएको बताए। आजदेखि जेठ २ गतेसम्म सञ्चालन हुने तेस्रो जनकपुरधाम मेयर कप प्रतियोगितामा मधेस प्रदेशका आठ जिल्लाका अतिरिक्त भारतको बिहारका मुजफ्फरपुर, पुरनीया, उत्तर प्रदेशका लखनाऊ र दिल्लीका ४ टिम गरेर कूल १२ टिमको सहभागिता रहेको छ। टी–२० क्रिकेट प्रतियोगितामा विजेता टिमलाई रु दुई लाख नगद र ट्रफी, उपविजेतालाई रु एक लाख २५ हजार नगद र ट्रफी, प्रत्येक दिनका म्यान अफ दि म्याच हुने खेलाडीलाई केएफसिको रु पाँच हजारको गिफ्टका साथै रु तीन हजार नगद र ट्रफी प्रदान गरिने आयोजकले जनाएको छ। प्रतियोगितामा वेष्ट ब्याट्स म्यानलाई रु १० हजार, वेष्ट बलरलाई रु १० हजार, म्यान अफ दि सिरिज हुने खेलाडीलाई रु १५ हजार नगद र ट्रफीसहित पुरस्कृत गरिने जिल्ला क्रिकेट संघका सचिव अशिष झाले जानकारी दिए।

लहान–२४ को सर्रे खोला तथा वन क्षेत्र उत्खनन रोक्न चार दलीय सहमति

सितल साह

लहान, २७ वैशाख। सिरहाको लहान नगरपालिका वडा नं. २४ स्थित सर्रे खोला तथा आसपासको वन क्षेत्रको अव्यवस्थित उत्खनन तत्काल रोकिने भएको छ। चार प्रमुख राजनीतिक दल नेकपा एमाले, जनता समाजवादी पार्टी (जसपा) नेपाल, जनमत पार्टी र एकीकृत समाजवादी पार्टीबीच तत्काल उत्खनन कार्य रोक्न सहमति जुटेको हो। सो सहमतिमा उल्लेख भएअनुसार अब वडास्तरीय आमसभा गरी सरोकारवालासँग बृहत् छलफलपछि मात्र आगामी निर्णयहरू लागू गरिनेछ। वडा कार्यालयमा पार्टी प्रतिनिधिहरूले संयुक्त रूपमा पत्र बुझाई ध्यानाकर्षण गराएका गराउने भने वडा कार्यालयले चिठी जारी गरी सम्पूर्ण वडावासीलाई भेला हुन अनुरोध गर्ने तयारीमा गर्नुपर्ने अनुरोध गर्ने बताइएको छ।

पछिल्लो एक सातादेखि लहान नगरपालिका र चाइना रेलवे कम्पनीबीचको समझौता विपरीत सर्रे खोला र वन क्षेत्रमा मापदण्डभन्दा धेरै मात्रामा अव्यवस्थित उत्खनन भईरहेको स्थानीयवासीको गुनासो छ। प्रतिदिन हजारौँ टिपर र ट्र्याक्टरमार्फत गिट्टी, बालुवा ढुवानी भइरहेको छ जसले वातावरण र जनजीवनमा प्रतिकूल असर पारेको छ।

स्थानीय तथा राजनीतिक दलसँग भएको अघिल्लो समझौतामा खोलाको दुबै किनारमा कटान रोक्न जाली क्रेटिङ गर्ने, बीचभागबाट च्यानालाईज गरी पानीको प्राकृतिक बहाव कायम राख्ने र उत्खनन चाइना कम्पनीले मात्र जिम्मेवारीपूर्वक गर्ने भनिएको थियो। तर ती शर्तहरू पालना नगरेको भन्दै स्थानीय आक्रोशित भएका छन्। स्थानीय मजदुरहरू, जो विगत २० वर्षदेखि गिट्टी–बालुवा उत्खननको गरि छान्ने मजदुरी गर्दै जीविका चलाउँदै आएका थिए, अहिले रोजगार गुम्ने डरमा छन्। उनीहरू भन्छन्, "चाइना कम्पनीले सबै ढुवानी गरेपछि हामी के खाने, छोराछोरीलाई कसरी हुर्काउने? के मेयर महेश चौधरीले हामीलाई रोजगारी दिन्छन?" उनीहरूले यस्तो एकतर्फी सम्झौता खारेज गर्न माग समेत गरेका छन्।

साथै, आर्थिक प्रलोभनमा परेर मेयर महेश चौधरी र अन्य जनप्रतिनिधिहरूले यस्तो सम्झौता गरेको आरोप पनि लागिरहेको छ। वन क्षेत्रमा समेत उत्खनन भइरहे पनि लहान वन कार्यालय मौन बसेको भन्दै वन उपभोक्ता समूहले समेत आक्रोश प्रकट गरेका छन्। उनीहरूको आरोप छ– "सूचना दिंदा पनि चुइँनबोली गर्ने वन कार्यालयकै कारण यो अवस्था आएको हो।"

सामाजिक सञ्जाल र अनलाइन मिडियामा समाचार सार्वजनिक भएपछि हाल उत्खनन रोकिने अवस्था आएको भए पनि फेरि उत्खनन सुरु गर्ने तयारी भइरहेकाले स्थानीयहरू अझै पनि सशंकित छन्। उनीहरूले पारदर्शिता, वातावरण संरक्षण र स्थानीय रोजगारीको सुनिश्चितता माग गरेका छन्।

आतंकवादको प्रतिकार गर्नु सबैको दायित्त्व हो : मुख्यमन्त्री सिंह

विजयकुमार साह

ढल्केबर, २७ वैशाख। मधेश प्रदेशका मुख्यमन्त्री सतिशकुमार सिंहले जम्मु–कश्मीरको पहलगाममा भएको आतंकवादी आक्रमणप्रति गहिरो दुःख व्यक्त गर्दै भारतको पक्षमा दृढ ऐक्यबद्धता प्रकट गरेको छ। शनिबार एक विज्ञप्ति जारी गर्दै मुख्यमन्त्री सिंहले उक्त आक्रमणमा एक नेपाली नागरिकसहित २६ जना निर्दोष नागरिकको ज्यान जानु अत्यन्त दुःखद रहेको उल्लेख गरेको छ। उनले मृतकप्रति श्रद्धाञ्जली अर्पण गर्दै पीडित परिवारप्रति गहिरो समवेदना व्यक्त गरेको छ।

विज्ञप्तिमा भनिएको छ, "भारत सरकारले आफ्ना नागरिकको सुरक्षाका लागि लिँदै आएका साहसी निर्णयहरू आवश्यक छन्। जब कुनै राष्ट्र बारम्बार आतंकवादको निशानामा पर्छ, त्यस्तो अवस्थामा प्रतिकार गर्नु केवल अधिकार मात्र होइन, दायित्त्व पनि हो। भारतका यी प्रयासलाई हामीले समर्थन गर्नुपर्छ, किनभने आतङ्कविरुद्धको लडाइँ कुनै एक देशको मात्र नभई सम्पूर्ण मानवताको साझा लडाइँ हो।" मुख्यमन्त्री सिंहले मधेश प्रदेशका जनता सधैं मानवता, शान्ति र न्यायको पक्षमा उभिने उल्लेख गर्नुहुँदै भारतका जनतासँग गहिरो आत्मीय सम्बन्ध रहेको उल्लेख गरेको छ। "हाम्रो प्रदेशले पनि विगतमा अनेकौँ पीडा र संघर्ष भोगेको छ, त्यसैले हामी भारतका जनताको पीडामा गहिरो आत्मीयता महसुस गर्छौं," विज्ञप्तिमा भनिएको छ। आतङ्कवादको न त कुनै जात हुन्छ, न धर्म, न सिमाना भन्ने धारणा व्यक्त गर्दै मुख्यमन्त्री सिंहले यस्ता कायरतापूर्ण आक्रमण मानवता विरुद्धको अपराध भएको बताएको छ। "आजको समयमा चुप लाग्नु होइन, सत्यको पक्षमा दृढतापूर्वक बोल्न आवश्यक छ। आतङ्कारीलाई मौन साथ होइन, खुलेर प्रतिकार गर्नुपर्छ," विज्ञप्तिमा उल्लेख छ। मधेश भारतको साथमा सदैव रहने मुख्यमन्त्री सिंहले ऐक्यबद्धता जनाउनुभएको छ।

क्याम्पसविरुद्धको निवेदनमा लिखित जवाफ पेश गर्न आदेश

जनकपुर, २७ वैशाख। जनकपुरधामको रामस्वरुप रामसागर बहुमुखी (राराब) क्याम्पसमा स्ववियु चुनाव माग गर्दै उच्च अदालत जनकपुरमा रिट दायर गरिएको छ। उच्च अदालत जनकपुरले रामस्वरुप रामसागर बहुमुखी (राराब) क्याम्पसविरुद्धको उत्प्रेषण परमादेशसम्बन्धी निवेदनमा विपक्षीलाई १५ दिनभित्र लिखित जवाफ पेश गर्न आदेश दिएको छ। उच्च अदालत जनकपुरका इजलास नं. ५ का न्यायाधीश ुव कुमार पियाको इजलासले रामस्वरुप रामसागर बहुमुखी (राराब) क्याम्पस जनकपुरधामविरुद्ध शैलेन्द्र कुमार मण्डलले दायर गरेको उत्प्रेषण परमादेशसम्बन्धी निवेदनमा विपक्षी पक्षलाई यस्तो आदेश दिएको हो। शैलेन्द्र मण्डलले अदालतमा निवेदन दर्ता गराउँदै आफूले पाएको अधिकारमा हस्तक्षेप भएको भन्दै न्यायिक पुनरावलोकनको माग गरेका थिए।

उनको तर्फबाट अधिवक्ता विमल कुमार मिश्रले अदालतमा निवेदनको समर्थनमा वहस प्रस्तुत गरेका थिए। वहसपछि अदालतले निवेदनका साथै मिसिलमा संलग्न प्रमाण र कागजात अध्ययन गरेको जानकारी दिएको छ। आदेशमा भनिएको छ, 'यसमा के कसो भएको हो? निवेदन माग बमोजिमको आदेश किन जारी गर्नु नपर्ने हो? आदेश जारी गर्नु नपर्ने कुनै आधार र कारण भए सो समेत उल्लेख गरी विपक्षी पक्षले १५ दिनभित्र आफैँ वा आफ्नो कानुनी प्रतिनिधिमार्फत लिखित जवाफ पेश गर्नुपर्छ।'

अदालतले हालसम्मको प्रस्तुत स्थितिबाट तत्काल अन्तरिम आदेश जारी गर्नु पर्ने अवस्था देखिएको छैन भन्दै निवेदकको मागअनुसार अन्तरिम आदेश जारी नगर्ने निर्णय पनि गरेको छ। यस आदेशसँगै निवेदनपत्रको प्रतिलिपि समेत विपक्षी पक्षलाई प्रदान गरिनेछ र अदालतको म्याद सूचना जारी गरी कानुनी प्रक्रिया अगाडि बढाइनेछ। लिखित जवाफ प्राप्त भएपछि मात्र निवेदनको अन्तिम निर्णय नियमानुसार गरिनेछ।

सावधान रहौं, आगलागीबाट बचौं।

गर्मी महिना शुरु भएसँगै आगलागीका घटनाहरु बढी हने गर्दछ। हाम्रो सानो असावधानीले ठूलो जनधनको क्षति हुने गर्दछ। त्यसैलै आगलागीबाट जोगिन सावधानी अपनाऔं।

१. सलाई, लाइटर जस्ता आगोजन्य पदार्थ बालबालिकाको पहुँचबाट टाढा राख्नुहोस्। भान्साको काम सकेपछि आगो निभाउन नबिसौं।
२. घर–अफिस तथा सम्वेदनशिल स्थानमा आगो निभाउने यन्त्र राखौं।
३. आगलागी भएमा चिच्याएर जानकारी गराउँदै सुरक्षित स्थानमा जाऔं।
४. घरभित्र लुक्ने प्रयास नगर्ने, घरबाहिर निस्केपछि सबै परिवार आए नआएको यकिन गरौं।
५. धुवाँ भएको स्थानबाट निस्कँदा घोप्टो परेर वा घस्रेर निस्कौं।
६. शरिरको कपडामा आगोले टिप्यो भने नदौडिकन आगो निभाएर मात्रै भागौं।
७. पेट्रोल, मट्टीतेल लगायतका प्रज्ज्वलनशील पदार्थहरु बच्चाको पहुँचबाट टाढा राखौं।
८. आगो नियन्त्रण नहुने भएमा वारुणयन्त्र वा प्रहरीको १०० नम्बरमा फोन गरी जानकारी गराऔं।

मधेश प्रदेश सरकार
आमसञ्चार प्राधिकरण

गाँउ पालिका अध्यक्षले गरे "शिक्षा नीतिमा सुधारको संकल्प"

सिरहा, २७ वैशाख। शिक्षाको खस्कदो अवस्थाकबारे चर्चा गर्दै शिक्षा सरोकारवाला बीच शिक्षा नितिमा संवाद गरिए। लक्ष्मीपुर पतारी गा.पा. को ६ वटा माध्यमिक विद्यालय हरुको प्र.अ. विद्यालय व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष गा.पा का र अन्य सरोकारवाला अगुवा बीच शिक्षक विविध विषयमा छलफल गरिए। शिक्षा नीति स्पषट, बजेट कार्यन्वयनमा पारदर्शिता र जवाफ देहिता वहन गर्नुपर्ने कार्यक्रम संचालक तथा प्रमूख विन्देश्वर रामले शुरूवात गर्दै गुणस्तरीय समावेशी शिक्षामा सबैको पहुँच बढाउन नागरिक समाजको भुमिका बढाउनु पर्ने अभिभावकहरूलाई सचेत र जिम्मेवारी तुल्लाउन दीर्घकालिन विकाश लक्ष्य सँग मेल खाने कार्यहरू गर्नु पर्ने वताएका छन्।

यसैगरि विद्यालयमा गरिएका असल अभ्यास तथा सिकाइलाई अर्को विद्यालयमा समेत सिकाई स्थानान्तर गर्नुपर्ने बारे सहजकर्ता संचालक सुजित कुमार चौधरीले राखे। नागरिक समाज सशक्तिकरण गर्ने क्रममा अभिभावकहरूलाई नियमित विद्यालयमा विद्यार्थीहरू गए नगाएको सँगै विद्यालयको अनुगमन र निगरानी गर्नु पर्ने सन्दर्भका विषयमा चर्चा गरिए। गाउँपालिका अध्यक्ष, उपाध्यक्ष शिक्षा प्रमुख तथा विद्यालय निरिक्षक रामवालक पासवानले शिक्षामा वर्षेनि तथ्याइहरूको संसोधन, परिष्कृत गर्दै अद्यविधी र गरिएको बताए भने लक्ष्मीपुर पतारी गाँड पालिका को जम्मा साक्षरत दर ६४% पुरुषमा ६८% महिलामा ५९.८% रहेको बताए पनि प्रायश शिक्षक प्र.अ.हरुले यसबारे कसैलाई ज्ञान नभाएको भनी प्र.अ. बिनोद सिंह लगाएत अन्य प्र.अ. हरूले पनि महसुस गरे।

प्र.अ.हरुले नीति प्रष्टहुनु विद्यालयको समस्याहरूवारे जानकारी हुनुपर्ने बताउँदै विद्यालय भौतिक अवस्था बढेको विद्यार्थीको अनुपातमा कक्षा कोठा, फर्निचर अपुग रहेको दरवन्दी न्यून रहेकोले शिक्षणमा बाधा हुने, अनुशासित वातावरण दिन कठनाई भइरहेको, अपाङ्ग बच्चाको निम्ति केही व्यवस्था नभएको शैक्षिक सामाग्री नहुनु शिक्षकहरूले तालिम नपाउनु जस्ता समस्याहरु शैक्षिक गुणस्तर वृद्धिमा वाघा देखिएका गुनासो प्र.अ.हरुले राखे। ६ वरा मा वि.या १४६ वटा दरबन्दीमा ९जना अझै अपुग रहेको कुरा शिक्षा शाखाले सुचित गरे पनि तत्काल पालिकाले स्वयंसेवी शिक्षकहरुले व्यवस्था गर्नु परनेरु अनुरोध विद्यालय प्र.अ.हरुले. राखेका थिए। यी सवै समस्याको लागि अगामी आ.व.०८२/०८३ को शिक्षा नीति बजेट तथा कार्यक्रममा समावेश गर्नेगरि गा.पा. अध्यक्ष चतुरानन्द ठाकुरले कार्यक्रमलाई जानकारी गर्नु भयो। CSE कारखाना समुह, दलित, समाज सेवा संघ र CSE project को नीति तथा संवादको साकेदार संस्थाले थुप्रैपटक नागरिक प्रतिनिधी सरोकारवाला विच प्रभावकारी ढंगले CSE project को पाइलट प्रोग्रम मधेस परदेशमा संचालन गरिएको छ।

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** : न्यू यदुवंशी अफसेट प्रेस, लहान, (सिरहा)