

अस्पतालका लागि सामग्री चाहिएमा सम्भन्नुहोस् ।

अस्पतालका लागि आवश्यक एक्स रे मेशिन, एक्स रे फिल्म, केमिकल लगायत सर्जिकलका सामग्रीहरू चाहिएमा हामीलाई सम्भन्नुहोस् ।

प्रवन्ध निर्देशक : हर्कसाल्तेन राई
श्री छिन्ताडदेवी ट्रेडर्स
त्रिपुरेश्वर, काठमाडौं

मो. ८८५११-८०२७२/ ८८४९६८०२५६

धनकुटा

Dhankuta weekly साप्ताहिक

घरनक्सा बनाउन हामीलाई सम्भन्नुहोस्

दक्ष इन्जिनियरहरूद्वारा आकर्षक डिजाईनका घरनक्सा बनाउन, स्टीमेट गर्न परेमा सम्पर्क गर्नु होला ।

प्रवन्ध निर्देशक: गीता राई
डिमहोम इन्जिनियरिङ कन्सल्टेन्सी
चन्द्रागिरी नगरपालिका-१७
सतुंगल, काठमाडौं

मो. ९७५१०-०६६६६

वर्षा-२२ • अङ्क-३५ • नेपाल संवत् १९४९, २०७८, साउन २५, गते सोमबार • 9 Aug. 2021 • www.dhankuta.com • पृष्ठ सङ्ख्या ६ • मूल्य रु. १०/-



पाखीवासमा कफिखेती शुरु

नारायणकुमार राई

धनकुटा । एक स्थानीय तह एक उत्पादनलाई जोड दिने क्रममा पाखीवास नगर पालिकाले ब्यावसायिक कफी खेती शुरु गरेको छ । नगरले एक कार्यक्रमको आयोजना गरेर नगरमा बृहत् कफी खेती शुरु गरेको छ ।

पालिकाका उप-प्रमुख देवकला पौडेल (तिम्सिना) को अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा

संघीय सांसद राजेन्द्रकुमार राईले गमलामा रोपिएका कफीको बिरुवामा पानी हालेर कार्यक्रमको शुभारम्भ गरेका छन् ।

सो अवसरमा सांसद राईले अहिले नेपालमा विदेशबाट कफी आईरहेको जानकारी दिए । उनले कफिमा आत्मनिर्भर बन्न र गाउँघर का बाँझो बारीबाट आम्दानी लिन कफि खेतीको बृहत् विकासको लागि नगरका सबै १० वडाका जनप्रतिनिधिहरूले समेत कफी खेती

गर्न जोड दिनुपर्ने सुझाव दिए । उनले कफी खेतीको बजारको जिम्मा नगरले लिनुपर्नेमा समेत जोड दिएका छन् ।

कार्यक्रममा नगरपालिका कफी खेतीका योजनाकार तथा कृषि अभियन्ता टेखिमे कृषि परामर्श केन्द्रका संचालक जीवनप्रसाद राईले कफी खेती र नगरले कफी खेतीका लागि गरेको अध्ययन, सम्भाव्यता र कार्यक्रमका वारेमा जानकारी दिए । उनले खेतीका

लागि नगरको लगानीमा ५ लाख बिरुवा तयारी अवस्थामा रहेको जानकारी दिए ।

सबै वडाहरूमा सम्भाव्यता अध्ययन गरी आम समुदायमा खफी खेती बिस्तार गर्न लागेको नगर आफैले पनि ५० रोपनीमा नमूना कफी खेतीको कार्यक्रम समेत शुरु गरेको छ ।

सो कार्यक्रममा जिल्ला समन्वय समितिका प्रमुख टंक बाँकी ५ पेजमा

सबै जिल्लावासीलाई खोप उपलब्ध गराउन माग



धनकुटा । धनकुटाका सत्तापक्षीय लोकतान्त्रिक गठबन्धन दलहरूले जिल्लाका सम्पूर्ण जनतालाई कोरोना भाईरस विरुद्धको खोप लगाउन स्वास्थ्य राज्यमन्त्री समक्ष माग गरेका छन् । संयुक्त राजनीतिक दल सम्मिलित गठबन्धनको हालै बसेको बैठकले खोप माग गर्ने निर्णय गरेको हो । कोरोना नियन्त्रण गर्ने एकमात्र विकल्प खोप भएकाले जिल्लाका सबै जनताका लागि कोरोना विरुद्धको १ लाख ५० हजार खोप

तत्काल नै उपलब्ध गराउन माग गरेका छन् । यस्तै धनकुटा अस्पताल र सबै पालिकाहरूमा रहेको अस्पतालहरूमा तत्काल चिकित्सकहरूको व्यवस्था गरी साधनस्रोत सम्पन्न बनाई प्रभावकारी सेवा प्रदान गर्न गठबन्धन दलले स्वास्थ्य राज्य मन्त्री उमेश श्रेष्ठ समक्ष माग गरेको नेपाली कांग्रेस जिल्ला सचिव विजय सन्तोषी राईले जानकारी दिए । संविधानसभा सदस्य तथा बाँकी ५ पेजमा

बस दुर्घटना : बसमा सवार आठ जना यात्रुहरू घाइते



धनकुटा । धनकुटा नगरपालिका वडा १० पाले स्थित कोशी लोकमार्गमा आज आइतवार विहान रोकिएका बसमा सवार ८ जना यात्रुहरू घाइते भएका छन् । घाइतेहरूमध्ये १ जनाको अवस्था भने अलि गम्भीर रहेको जिल्ला प्रहरी कार्यालयले जनाएको छ ।

काठमाण्डौबाट धनकुटा हुँदै भोजपुर तर्फ जाँदै गरेको बा ५ ख ५६२४ नं. बस को १ ख ४२२८ नं को रोकिएका बसमा ठोक्किएको थियो । दुर्घटनामा बसमा सवार भोजपुर बोखिम ५ का वर्ष २९ का राजन भण्डारी गम्भीर घाइते भएको छिएसपी दिपककुमार रायले

जानकारी दिए । दुवै खुट्टामा चोट लागी घाइते भण्डारीलाई धनकुटा अस्पतालमा उपचारपछि थप उपचारका लागि धरानस्थित वीपी कोइराला स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठान लगेको छ । प्रायः घाइतेहरू भोजपुर जिल्लाका रहेका छन् । घाइते यात्रुहरूमा भोजपुर नया वडा १ का वर्ष ३४ का देवीमाया तामाङ, वडा ३ का वर्ष ५४ का पर्व राई, तिवारी भञ्ज्याङ २ का वर्ष २८ का सन्तोष महत, पौवादुम्मा गापा १ का वर्ष २८ का लक्ष्मी पाण्डे, ट्याम्केमैयुङ गापा १ का वर्ष २७ का निमेष बराइली रहेका छन् । यस्तै अन्य घाइतेहरूमा बाँकी ५ पेजमा

मोटरसाइकलमा सवार दुई जना गाँजासहित पक्राउ

धनकुटा । शहीदभूमि गाउँपालिका वडा नं. २ साम्बुगाँउ स्थित हिले-छिन्ताङ कच्ची सडक खण्डमा लागू औषध गाँजा बोकेको आरोपमा दुईजना पक्राउ भएका छन् । जिल्ला प्रहरी कार्यालयबाट खटी गएको गस्ती टोलीले चेकजाच गर्ने क्रममा कागुनेबाट छिन्ताङ तर्फ आउँदै गरेको को. ५ प ६६७५ नंबरको मोटरसाइकलमा सवार उनीहरू पक्राउ परेका हुन् ।

पक्राउ पर्नेहरूमा शहीदभूमि गाउँपालिका वडा नं. ५ खोकु बस्ने राजबहादुर राईको छोरा

वर्ष २१ को प्रविण राई र सोहि ठाउँ बस्ने राजेन्द्र राईको छोरा वर्ष २४ को रविन राई हुन । उनीहरूले प्लाष्टिकको बोरामा प्याक गरी गाँजाको बेर्ना जस्तो देखिने दुईसय नौ बोट ल्याउदै गरेको अवस्थामा खोजललास गर्दा पक्राउ परेका हुन् ।

प्रहरीले निज व्यक्तिहरू तथा मोटरसाइकल नियन्त्रणमा लिई आवश्यक अनुसन्धान इलाका प्रहरी कार्यालय छिन्ताङमा गरी थप अनुसन्धानका लागि जिल्ला प्रहरी कार्यालय ल्याईएको छ ।

अवैध गाँजा खेती नष्ट

धनकुटा । इलाका प्रहरी कार्यालय, शहीदभूमिबाट खटिएको प्रहरीहरूको टोलीले पालकाका विभिन्न स्थानहरूमा अवैध रूपमा लगाईएको गाँजाको बोटहरू नष्ट गरिएको छ । शनिवार दिउसो १०:३० बजे ईप्रकाका प्रहरी नायव निरीक्षक दिलीपकुमार श्रेष्ठको कमाण्डमा ९ जना प्रहरीहरूको गस्ती टोलीले नष्ट गरेका हुन् ।

प्रहरी टोलीले शहीदभूमि गाउँपालिका वडा नं. २ दोल्मुखाको विभिन्न स्थानहरूमा गई अवैध रूपमा लगाएको र आफै उम्रेको अन्दाजी ३३ रोपनी जग्गामा लागूऔषध (गाँजा) को ४ हजार ७ सय ५० बेर्ना नष्ट गरिएको टोलीका कमाण्डर श्रेष्ठले जानकारी दिए । यो क्षेत्रलाई गाँजाको अवैध खेती हुने क्षेत्रका रूपमा लिईन्छ ।

महालक्ष्मी नगरमा साउन ३२ सठम सेवा बन्द

धनकुटा । महालक्ष्मी नगर पालिकाले साउन २२ गते राती १२ वजेदेखि साउन ३२ गतेसम्म नगरपालिकाबाट प्रदान गरिने अत्यावश्यकिय बाहेकका सेवा बन्द गरेको जनाएको छ ।

विश्वव्यापी महामारीको रूपमा फैलिरहेको कोरोना भाईरसको संक्रमण यस नगरपालिका क्षेत्रमा समेत बढ्दै गएको अवस्था छ । यो कोरोना भाईरसको संक्रमण थप नगरवासीहरूमा फैलिन नदिई त्यसको जोखिमलाई कम गर्न अत्यावश्यकिय बाहेकका सेवा बन्द गर्ने निर्णय भएको नगरपालिकाका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत बसन्त गिरीद्वारा जारी गरिएको विज्ञप्तीमा उल्लेख गरिएको छ ।

सो विज्ञप्तीमा नगरपालिका क्षेत्रभित्र सार्वजनिकस्थानहरूमा भिडभाड नगर्न, साप्ताहिक हाट बजार तथा विद्यालयमा अध्ययन नगराउन आग्रह गरिएको छ । यस्तै मठ, मन्दिर, गुम्बा, मस्जितलगायत धार्मिक स्थानमा नियमित रूपमा गरिने पुजापाठ मात्र गर्न भनिएको छ । त्यस्तै

सबै प्रकारका सभा सम्मेलन, सेमिनार, गोष्ठी, बैठक, खेलकुदलगायतका बढि भिडभाड हुने गतिविधि गर्न समेत नगर पालिकाले रोक लगाएको छ ।

विज्ञप्तीमा उल्लेख भएनुसार आमनागरिकहरूलाई सहजताका लागि दैनिक उपभोग्य बस्तुहरू विक्रीवितरण गरिने पसल विहान ६ बजेदेखि १० बजेसम्म जम्मा ४ घण्टा मात्र खोल्न भनिएको छ । यस्तै यस नगरपालिकाबाट सञ्चालन हुने मध्यम तथा लामो दुरीका यातायातका साधन समेत पूर्णरूपमा बन्द गर्ने निर्णय गरिएको जनाएको छ ।

तर, यो अवधिमा स्वास्थ्य संस्थाहरूबाट प्रवाह हुने सबै प्रकार का सेवाहरू नियमित रूपमा सञ्चालन हुने जनाएको छ ।

यस्तै नगरपालिकाद्वारा फोहोर मैला उठाउने ट्याक्टर, विरामी ओसारप्रसार गर्ने एम्बुलेन्स, खानेपानी, विपद् व्यवस्थापन सेवा भने सुचारु रूपमा सञ्चालन हुने नगरपालिकाद्वारा जारी विज्ञप्तीमा जनाएको छ ।

'तपाईं हाम्रो सचेतता, कोरोना भाइरस रोगको संक्रमण रोकन अपनाऔं सतर्कता'

कोरोना भाइरस कोभिड-१९ रोग स्वासप्रश्वासको माध्यमबाट सर्ने संक्रमण हो । संक्रमित व्यक्तिले खोकदा र हाँछ्यू गर्दा निस्कने थुक र सिजानको माध्यमबाट एक व्यक्तिबाट अर्को व्यक्तिमा यो भाइरस सर्दछ ।

लालिगुरास नगर कार्यपालिका, बसन्तपुर, तेहथुम

विश्रान्ती प्रकाशनद्वारा प्रकाशित

कानुनी सल्लाहकार: आनन्द सन्तोषी राई

सल्लाहकार: लीलाबल्लभ घिमिरे

प्रकाशक / सम्पादक: राजेश्वरबहादुर श्रेष्ठ

प्रबन्ध सम्पादक: विजयसन्तोषी राई

समाचार सम्पादक: खगेन्द्रप्रसाद घिमिरे

कार्यकारी सम्पादक: हरिबहादुर लम्जेल

उप सम्पादक: विनोद घिमिरे

कार्यालय: धनकुटा नगरपालिका - ६, वीचबजार, धनकुटा

इमेल: newsdhankuta@gmail.com / dktweekly@yahoo

फोन: ९८५२०६९६९९ / काठमाडौं सम्पर्क: ९८४९५९६८६४

मुद्रण: जनविश्वास अफसेट प्रेस, धनकुटा।

सम्पादकीय

सम्भावनायुक्त कृषि खेती

नेपाल कृषि उत्पादनका लागि उपयुक्त मुलुक हो। यहाँ नहुने प्रायः कुनै कृषिउपज उत्पादन छैन। मरुभूमिक्षेत्रमा हुने ड्रागनफलको पनि अहिले नेपालका विभिन्न स्थानहरूमा व्यावसायिक खेती हुन थालेका छन्।

हरेक स्थानय तहहरूमा कुनै न कुनै कृषि उत्पादनको प्रचुर सम्भावना रहेका छन्। कतिपय स्थानीय तहहरूले यसलाई क्यास गर्दै व्यावसायिकरण गर्दै गएका छन् भने कतिपय स्थानीय तहहरूले माल पाएर चाल नपाएको जस्तो गरी मुकदर्शक बनिरहेका छन्।

आफ्नो भूवर्ण, हावापानी, माटो, उर्वर अवस्था, बजार आदीको अध्ययन गरेर पाखीवास नगरपालिकाले नगरलाई कृषि खेतीको पकेट क्षेत्रका रूपमा विकास गर्न थालेका छन्। यसलाई मध्यनजर राख्दै नगरपालिकाले नगरका विभिन्न वडाहरूमा बृहत् कृषि खेतीका लागि प्राथमिकता दिएर किसानहरूलाई कृषि खेतीका लागि प्रोत्साहित पन गरिरहेका छन्। यसका लागि विशेष पहल कृषि अभियान्ता जीवनकुमार राईले गरिरहेका छन्। उनैको अध्ययन अनुसन्धानले धनकुटा नगरपालिकालाई पनि एभोकाडोको राजधानी बनाउन ठूलो सहयोग भएको थियो।

जीवन राईले नेपालको ७७ वटै जिल्ला घुमेर कुन कुन जिल्लामा कुन कुन खेतीलाई व्यावसायिक रूपमा गर्न सकिन्छ भनेर अध्ययन गरेका छन्। सरकारले यति अध्ययन गर्ने हो भने करोडौं खर्च गर्नु पर्दछ। अब स्थानीय सरकारले उनको अध्ययन अनुसन्धानबाट फाईदा लिनु पर्छ। धनकुटाकै अन्य पालिकाहरूले पनि उनको अध्ययनबाट फाईदा लिनु पर्छ। आफ्नो पालिकामा कुन खेतीको बढी सम्भावना छ र कुन खेतीबाट बढी व्यावसायिक फाईदा लिन सकिन्छ? उनीसँग समन्वय गरेर जान सकिने अवश्य उपलब्धी हासिल हुनसक्छ।

अधिक वर्षाको समयमा पानीजन्त प्रकोपको जोखिमबाट बचाउं।

- ⇒ बाढी पस्न सक्ने तथा डुबानमा पर्नसक्ने स्थानहरूमा पूर्व सूचना प्रणालीको व्यवस्था गरौं।
- ⇒ डुबान हुने क्षेत्रहरूमा पानीको बहाव निकास हुने प्रणाली (नाली, पाईप) चालु अवस्थामा राखौं।
- ⇒ बाढी तथा पानी बहाव बढेको जानकारी दिन साईरन जडान, एस.एम.एस., सामाजिक सञ्जाल तथा आमसञ्चार माध्यमलाई तयारी अवस्थामा राखौं।



नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

किन फुट्छ एमाले ?

नेपाल कम्युनिस्ट पार्टी (एमाले)को विवाद अहिले सर्वाधिक चर्चाको विषय बनेको छ। एमालेमा माधव नेपाल र केपी ओलीबीच पार्टी नेतृत्वको लडाइँ पुरानो नै थियो। नेपाल पक्ष कमजोर हुनाले एमालेमा ओलीकै एकलौटी चलेको देखिन्थ्यो र एक किसिमले एकता पनि। तर, एमालेभित्रका दुई पक्षको द्वन्द्व भने भुसको आगोजस्तो भित्रभित्र सल्किरहेको रहेछ।

खड्गप्रसाद ओली र पुष्पकमल दाहाल दुवै महत्वाकांक्षी र सिद्धान्तभन्दा आफूलाई केन्द्रमा राखेर अगाडि बढ्ने व्यक्ति हुन्। थुप्रै चुनावको अंकगणित हिसाबकिताब गरेपछि कम्युनिस्टहरू एक भएर चुनावमा जाँदा स्पष्ट बहुमतको सरकार बनाउन सकिने उनीहरूले आकलन गरे। एकलौटी जाँदा माओवादीको त चुनावपछि अस्तित्वकै संकट देखिन्थ्यो।

यही लाभको हिसाब र महत्वाकांक्षाले वैचारिक र वैयक्तिक प्रतिस्पर्धीलाई एकै ठाउँमा उभ्यायो। अन्ततः पार्टीको नीति, विधान, सिद्धान्त सबै थाती राखेर ओली र दाहालको चुनावी गठबन्धन भयो। चुनावको सफलताबाट हौसिएर पार्टी एकताको घोषणा पनि गरे।

एकता त गरे तर सैद्धान्तिकरूपमा न त माओवादीका सबै नेताले स्वीकार गरेका थिए न त माधव नेपाल पक्षले। ओलीको

हेपाइबाट मुक्तिको आशामा नेपाल पक्षले भने स्वीकार गरे। यसरी हेर्दा नेपाल, ओली र दाहाल तीनै थरीले एकतालाई पार्टीमा वर्चस्व कायम गर्ने रणनीतिको रूपमा एकतालाई लिएको देखिन्थ्यो।

एकतापछि दुवै पक्षका कार्यकर्ता पार्टी सत्तामा जाने र 'राज' गर्न पाउने लोभले उत्साहित थिए। जनतामा कम्युनिस्ट सर कार बनेमा जीवनस्तरमा परिवर्तन हुने अपेक्षा देखिन्थ्यो। त्यसैले एमाले- माओवादी गठबन्धनले सोचेभन्दा धेरै बढी जित हासिल गरेको थियो।

ओली र दाहाल भने प्रजातन्त्र, संघीयता र नयाँ संविधानलाई संस्थागत गर्नेभन्दा पनि नेकपाको रूपमा खडा भएको पार्टीलाई आफू कब्जा गर्ने र एक अर्कोलाई किनार लगाउने योजनामा थिए। एमालेमा ओलीको हेपाइ खेपेका माधव पक्ष दाहाललाई प्रयोग गर्ने र पार्टीमा ओलीलाई तर्साउने खेललाई अगाडि बढाउँदै दाहालसँग नजिकिए।

ओलीको हैकमबाट निराश दाहाललाई नेकपा कब्जा गर्ने र गणीतिमा नेपाल पक्षको सहयोगले उत्साहित बनायो। फलस्वरूप, आरोपप्रत्यारोप पत्रको शृंखलाबीच दाहाल नेपाल पक्षले ओलीलाई साधारण सदस्यताबाट समेत निष्कासन गरे। यो घटना दाहालको

पार्टी कब्जा गर्ने योजनाको अन्तिम अस्त्र थियो। प्रतिनिधि सभा विघटन गर्ने निर्यण बदर भएपछि पार्टीभित्र अल्पमतमा परेका ओलीलाई एमाले र माओवादीको अस्तित्व बिउँताउने सर्वोच्च अदालतको फैसलाले प्राण दियो। नत्र, ओली पक्ष आज कि त नेपाल- दाहालको हेपाइ सहर पार्टीमा बस्नुपर्छ नभए सूर्य चिह्न विना अर्को पार्टी खोलेर निस्कनुपर्ने थियो।

यसरी हेर्दा दाहालको बुझमा नेपाल पक्षले जितको उल्लास मनाइरहेको देखिन्छ तर यो यथार्थमा नेपाल पक्षको मीठो सपनाजस्तै हो। दाहालले अहिले जसरी फर्काइ रहेकाछन् उनको स्वार्थ पूरा भएपछि त्यसरी नै मिल्काउने निश्चित छ। दाहालसँग पनि नेपाल पक्ष कालान्तरमा हेपाइ सहरै बस्नुपर्ने देखिन्छ।

यसैले एमाले अब एक हुन सक्ने देखिँदैन। नेपाल पक्षसँग कानुनी तबरबाट पार्टी छुट्याउन पाउने अवस्था हुन्थ्यो भने एमाले दुई भइसक्ने थियो। तर, संसद पदकै कारण नेपाल पक्षले कानुनीरूपमा पार्टी फुटाउन सक्ने देखिँदैन। जिल्लादेखि स्थानीय सबै तहमा नेपाल पक्षले समानान्तर कभिटी बनाइसकेको छ र चुनावभन्दा ६ महिना अगाडि पार्टी फुटेको घोषणा हुनसक्छ।



मनोजकुमार कडेल

एमालेको दुवै पक्ष एकले अर्कोलाई स्वीकार गर्ने अवस्था देखिँदैन। यद्यपि, ओली पक्ष एकताको नाटक गर्दै नेपाल समूहका नेता तथा कार्यकर्ता फकाउन लागेको भने नेपाल पक्ष पनि एकता भन्दै समानान्तर संगठन बनाउने, ओली पक्षका नेतालाई सत्ताको लोभमा आँनो पक्षमा ल्याउने प्रयास गर्ने खेलमा रहेको देखिन्छ। नेपाल पक्ष मूलतः सांसद पद जोगाउन पनि तत्काल नयाँ पार्टी घोषणा गर्नसक्ने अवस्था देखिँदैन।

एमालेभित्र नेताहरूबीचको कुण्ठा, अहंकार र इखको कारण एमाले एक हुनसक्ने आधार सकिएको देखिन्छ। अहिले दुवै पक्षले फुट पछिको मार्गचित्रको तयारी गर्दैछन् र उपयुक्त समयको खोजी गरिरहेकाछन्। सम्भवतः अहिले देखिएको एमाले एकताको नाटकको छिटै पटाक्षेप हुनेछ।
साभार : बाइखरी

राष्ट्रिय तथा स्थानीय पत्रपत्रिकामा विज्ञापन प्रकाशन, कार्यक्रमको भिडियो खिच्च, रेडियो/टेलिभिजनका लागि जनचेतनामूलक सामग्री उत्पादन तथा प्रसारण, वृत्तचित्र तथा डकुमेन्ट्री उत्पादन र पुस्तक डिजाइन गर्नुपरे सधैं हामीलाई सम्भन्नुहोस्।

NATIONAL ADVERTISING AGENCY
नेशनल एडभर्टाइजिङ एजेन्सी
प्रधान कार्यालय धनकुटा-५, बालमन्दिर
Mobile No: 9852061055

धनकुटा र तेहथुमका करदाताहरूका लागि सूचना

मदिरा र सूर्तिजन्त वस्तुको कारोवार गर्न अन्तःशुल्क इजाजत लिएर नियमित नवीकरण गर्न छुटेका इजाजत पत्रवालाहरूमा आर्थिक ऐन, २०७८ ले छुटको व्यवस्था गरेको हुदाँ सो को लाभ उठाउन हुन अनुरोध छ।

आर्थिक ऐन, २०७८ को दफा २६ मा अन्तःशुल्क ऐन, २०५८ बमोजिम इजाजत पत्र लिई तोकिएको अवधिभित्र नवीकरण नगराउने इजाजत पत्रवालाले इजाजत पत्र नवीकरण गराई कारोवारलाई निरन्तरता दिन चाहेमा २०७८ साल साउन मसान्तभित्र प्रत्येक वर्षको लागि नवीकरण वापत लाग्ने दस्तुर बुझाई नवीकरण गरेमा जरिवाना मिनाहा हुने व्यवस्था भएको हुदाँ विगतमा मदिरा र सूर्तिजन्त वस्तुको कारोवार इजाजत लिएका तर नवीकरण नगरेको/नभएको इजाजत पत्रवालाहरूले २०७८ साउन मसान्तभित्र नवीकरण गर्न बाँकी आर्थिक वर्षको नवीकरण शुल्क मात्र बुझाएमा विगतमा लाग्ने थप शत प्रतिशत जरिवाना तोकिएको अवधिमा बुझाएमा नलाग्ने व्यवस्था भएको हुदाँ यस छुट सुविधाबाट लाभान्वित हुन तेहथुम र धनकुटाका सबै करदाताहरूमा सूचित गरिन्छ।



करदाता सेवा कार्यालय, धनकुटा

थप जानकारीका लागि सम्पर्क : ०२६-५२२९४९

संस्मरण : सरस्वती स्कूलमा पाँच वर्ष

प्रा. डा. तीर्थप्रसाद मिश्र

उमेर बढ्दै गएपछि, सिनेमामा बीचको रिल काटिएभन्ने बीचको रिल काटिने रहेछ जीवनको पनि । उहिले धरानमा सिनेमा हेर्दा बीचतिर रिल काटिएको कुरा अहिले जीवनसित मिल्दोजुल्दो लाग्न थालेको छ । हालसालैका घटनायाद हुनु स्वाभाविक छ । जीवनमा बालापनका स्मरण पनि ताजै हुने रहेछन् । बीचका स्मृति भने गायब । प्रायः सबैको जीवनमा देखिने यस्तै रोग लागेको हो कि भन्ने लाग्छ । जीवनका पाँच दशकभन्दा बढी समय काठमाडौंमा नै बिताइयो । मैले बालापन र किशोर वयका करिब १९ वर्ष जन्मस्थलको सेरोफेरोमा बिताउने अवसर पाएको थिएँ । यिनै १९ वसन्तबीचका घटना आजसम्म पनि स्मृतिमा ताजै छन् । यसबीचमा मैले ९ देखि १४ वर्षको उमेर गोकुण्डेश्वर हाइस्कूलमा बिताएँ । करिब ५ वर्ष । यस आलेखमा विसं २०१८ देखि २०२२ सम्म गोकुण्डेश्वर स्कूलमा बिताउँदाका संस्मरणलाई समेटेको छु ।

मलाई यकिन सम्झना चाहिँ भएन । खै कुन सालमा हो सरस्वती प्राइमरी स्कूलमा भर्ना भएको ? सरस्वती स्कूल कचिडेका कटेरा, गोठ, आँगन हुँदै सरस्वती स्थानको पार्टीमा पुगेको थियो । त्यसबेला सरस्वती स्कूल र गोकुण्डेश्वर स्कूलको परीक्षाको समय मिलेको थिएन । आषाढ श्रावण महिनातिर सरस्वती स्कूलको शैक्षिक सत्र सुरु हुन्थ्यो भने गोकुण्डेश्वरको फागुनमा । हाइस्कूलको समय मिलाउन ५ कक्षामा ६ महिनामात्र पढेर परीक्षा दिएँ । उत्तीर्ण पनि भएँ । त्यसपछि २०१८ सालमा बजारको गोकुण्डेश्वर हाइस्कूलमा भर्ना हुन पुगें । गोकुण्डेश्वरमा कक्षा १ देखि १० सम्मको पठनपाठन हुन्थ्यो । गोकुण्डेश्वर महादेव भएकै स्थानमा स्कूल स्थापना भएको हुँदा स्कूलको नाम पनि गोकुण्डेश्वर रहन गएको हो । कचिडे राणाकालदेखि नै शिक्षामा सचेत थियो । यो गौरव को कुरा हो । घनकुटा पूर्वक्षेत्रको शैक्षिक केन्द्रका रूपमा विकास भएको थियो । यसो हुनुमा त्यहाँका मानिसहरूमा शिक्षाप्रति देखापरेको आकर्षण नै हो । विशेषगरी खस जाति त्यसमा पनि ब्राह्मणहरूमा शिक्षाप्रति गहिरो अनुराग थियो । उनीहरूमा जसरी पनि शिक्षा आर्जन गर्नुपर्छ भन्ने दृढ धारणा थियो । त्यसैले अन्य जातिका सापेक्षतामा ब्राह्मण

हरूले नै शिक्षा आर्जनका लागि सङ्घर्ष गरेका दृष्टान्त पनि छन् । घनकुटा प्रशासनिक केन्द्रका रूपमा विकास हुँदै जाँदा शिक्षामा पनि स्वाभाविक विकास र विस्तार हुँदै आयो । समाजले गुरुकुल परम्परा अनुसार परम्परागत रूपमा लिइने शिक्षाको विकल्प पनि खोज्दै थियो । राणा शासकमध्ये देवशमशेर केही उदार स्वभावका शासक थिए । शिक्षाप्रेमी जयपृथ्वीबहादुर सिंहले देवशमशेरसित मिलेर देशमा विभिन्न स्थानमा भाषा पाठशाला स्थापना गरे । सोही क्रममा घनकुटामा पनि भाषा पाठशाला स्थापना भएको थियो । तत्कालीन समयमा प्रायः ब्राह्मण वटुकहरू शिक्षा आर्जनका लागि भारतको बनारस पुग्थे । उनीहरूको शिक्षामा घरबाट आर्थिक लगानी शून्यप्रायः हुन्थ्यो । तथापि, बनारसमा शिक्षा आर्जनका लागि पुग्ने वटुकहरूका लागि खाने, बस्ने र पढ्ने उचित वातावरण थियो । बनारसमा शिक्षा आर्जन गर्नेहरू नै घनकुटामा आएर गुरुकुल सञ्चालन गर्ने तथा कर्मकाण्ड गर्थे । समाजमा कर्मकाण्डी तथा पुराणवाचक पण्डितहरूको ठूलो सम्मान र इज्जत थियो ।

वीरशमशेरको पालामा गुरु षडानन्दले भोजपुरको दिङ्लामा संस्कृत पाठशालामा स्थापना गर्नु भएको थियो । घनकुटाबाट पनि पढनका लागि मानिसहरू दिङ्ला जाने गर्दथे । बनारस पढेर आएका र स्थानीय शिक्षाप्रेमीको सहयोगमा घनकुटाको टुँडिखेल छेउमा सम्बत् १९८९ मा गोकुण्डेश्वर स्कूल स्थापना भएको थियो । त्यस स्कूलमा भोजपुर, तेह्रथुम, ताप्लेजुङ लगायतका जिल्लाबाट पढनकालागि विद्यार्थीहरू आउँथे । शिक्षकको अभाव नै थियो । भारतको बङ्गाल, बिहार र दार्जिलिङबाट शिक्षक भिकाउनुपर्थ्यो । पछि भने स्थानीय शिक्षकहरूकै बाहुल्यता रह्यो । स्थापनाकालमा १० जना छात्रछात्रा लिएर शिक्षासेवी गजेन्द्रबहादुर प्रधानाङ्गको निजी निवास तल्लो कोपेबाट प्रारम्भ भएको उक्त स्कूल सम्बत् १९९१ देखि गोकुण्डेश्वर महादेवस्थानमा सञ्चालन हुन थाल्यो । यस विद्यालयको पहिलो सञ्चालक समितिमा पण्डित छविलाल पोखरेल, गजेन्द्रबहादुर प्रधानाङ्ग, गणेशकुमार कर्माचार्य, गुणराज जोशी, पहलमान प्रधान, डिल्लीनाथ श्रेष्ठ क्रमशः सभापति, सचिव, कोषाध्यक्ष र सदस्य रहनु भएको थियो । विद्यालयको विकासमा लिलाराम पोखरेल, पूर्णलाल श्रेष्ठ

लगायतको ठूलो योगदान रहेको छ । गोकुण्डेश्वर स्कूल नेपालकै पुरानोमध्येको एक हो । काठमाडौं उपत्यकाबाहिर खुलेका स्कूलमा तानसेनपछिको यही नै हो जस्तो लाग्छ । देशकै पुरानो स्कूल भएकाले शिक्षाको विकास र विस्तारमा यसले ठूलो योगदान पुऱ्याएको देखिन्छ । स्कूल स्थापनाको प्रारम्भिक समयमा बंगाल, बिहार तथा दार्जिलिङबाट शिक्षकहरू आउँथे । सञ्चालक समितिका सदस्यहरूले नै ती विभिन्न स्थानमा सम्पर्क गरी शिक्षकको अभाव टारेका थिए । हामी पढ्दा भने विज्ञान र हिसाब पढाउने मैथोस सर हुनुहुन्थ्यो तर उहाँ लामो समयसम्म बस्नुभएन । अन्य त सबै नेपाली नै हुनुहुन्थ्यो, त्यसमा पनि स्थानीय ।

सम्बत् २०१८ सालमा यस स्कूलमा कक्षा ६ मा भर्ना भइयो । भर्ना गराउँदा भक्तविन्दोद सरले लिएर जानुभएको हो । सरस्वती स्कूलबाट ५ कक्षा उत्तीर्ण हुने देवहरि, पूर्णप्रसाद, विश्वनाथ र म गरी ४ जना थियौं । हामी चारै जनाको खुब मिल्ती थियो । देवहरि र विश्वनाथ बितेर गए । पूर्णप्रसादसित मित्रता यथावत छ । हामी स्कूल भर्ना हुँदा प्रधानाध्यापक मैत्रेय सर बङ्गाली थिए । विशेषगरी अङ्ग्रेजी र गणित पढाउने शिक्षकको सधैं अभाव नै हुन्थ्यो । बङ्गाली सर घनकुटाबाट धरान गएपछि गोकुल श्रेष्ठ प्रधानाध्यापक हुनुभयो । हामी १० कक्षामा पुग्दा भने भुवनेश्वर बैद्यार्थ्य प्रअ हुनुहुन्थ्यो । स्कूलको आफ्नै औपचारिक पोसाक थिएन । गच्छे अनुसारका पोसाकमा स्कूल गइन्थ्यो । हामीलाई घरबाट स्कूल पुग्न फटाफट हिँड्दा आधा घण्टा जति लाग्थ्यो । बिहान ९ बजे खाना खाएर स्कूल गएपछि बेलुका खाना घर नै आइपुगिन्थ्यो । कहिलेकाहीँ मात्र हो खाजा खाने नत्र जुदैन्थ्यो । स्कूलजिकै घर भएकाहरू खाजा समयमा घरै जान्थे । हामीलाई त्यस्तो सम्भव थिएन । अहिलेको जस्तो खाजा लिएर स्कूल जाने चलन पनि थिएन । बजारमा घर भएको भए त खाजा खान पाइन्थ्यो जस्तो लाग्थ्यो । गुरुहरू एकैसाथ स्कूलकै फर्निचर मर्मत गर्नेको पसल (तन्नेरी साहुको पसल) मा खाजा खान जान्थे । केही गुरुहरू भने खाजा खान गएको कहिल्यै देखिएन । खाजा खाने समयमा कोही क्यारम बोर्ड खेल्न जान्थे । हामीजस्ता पैसा नभएकाहरू दर्शक बन्थ्यौं ।

बाजी खेल्ने र जिलेहरू चाकुशाला खुवाउँथे । यिनीमाइलको चाकुशाला नामी थियो, त्यतिबेला । हाम्रो स्कूल तल्लो टुँडिखेलको छेउमा थियो । कहिलेकाहीँ ४ बजेपछि पनि फुटबल खेलेको हेर्न बसिन्थ्यो । चौरबाहिर आएको बल हान्ने दाउ हुन्थ्यो, । खुब रमाइलो लाग्थ्यो । हाम्रो गाउँमा न त कसैको फुटबल थियो न त खेल्ने चौर नै । कलेज पढ्दा कचिडे र आत्मारका साथीहरूसित मिलेर अम्बाबारी टारसम्म पुगियो, खेल्नकै लागि । कतिपटक त खेलेरै बरालिँदा कुटाइ पनि खानुपरेको थियो । मेरा बालसखा गणेश, देवहरि, दिवाकर, शिवबहादुर (लट्टे), पूर्णप्रसाद, बासुदेव, नवराज, खड्गबहादुर आदि थिए । घनिष्टता चाहिँ गणेश र पूर्णप्रसादसित थियो । सबैका पिताजी थिए । केही भन्यो कि बालाई भनिदिन्छु भनेर घुर्की देखाइहाल्ने । अरूका पिताजीले आफ्ना छोराछोरीलाई माया गरेको देख्दा कता कता दुख्ने गर्दथ्यो । म हिसाबमा भने कमजोर थिएँ किनकि हिसाब घोकेर हुने विषय थिएन । गाउँघरका स्कूलमा गणित शिक्षकको सदासर्वदा अभावै जस्तो हुन्थ्यो, राम्ररी पढ्न पाइएन । कक्षा ६ को अर्धवार्षिक परीक्षामा त हिसाबमा शून्य अंक आयो । मार्कसिट घरमा देखाउन पनि डर लाग्यो । शून्य अंकभित्र ३५ नम्बर आफैले लेखेँ । यो गल्ती गरेकोमा घरमा कुटाइ नै खानुपरेको थियो भने स्कूलमा गाली । सो बेलादेखि मार्कसिटमा लेख्नु नहुने रहेछ भन्ने चेत खुल्यो । एसएलसीमा ऐच्छिक विषय एनसेस्ता लिन खोजेको थिएँ, हिसाबको सट्टा तर दाजुले मान्नु भएन । हिसाब लिन बाध्य भएँ । हिसाबमा साथीहरूले ९० अंकसम्म पाए मैले कुल ३० अंक पाएर उत्तीर्ण गरें । एसएलसीपछि गणितबाट पार पाइयो । म यसैमा धेरै खुसी थिएँ । कक्षा ६ देखि ९ सम्म मलाई निःशुल्क पढ्ने अवसर मिलेको थियो । १० कक्षामा भने आधा शुल्क तिर्नुपर्नेथ्यो । मलाई निःशुल्क गराउने वातावरण गुरु हेमचन्द्र पोखरेलले मिलाइदिनुभएको थियो । उहाँप्रति म कृतज्ञ छु । स्कूल कलेजहरू बिहीबार साप्ताहिक छुट्टी हुन्थ्यो, हाट लाग्ने भएकाले । सबै कर्मचारीहरू हाटमा किनमेल गर्न जाने हुँदा सरकारी कार्यालय पनि एक बजेपछि मात्र लाग्दथे । शनिबार भने छुट्टी नै हुन्थ्यो । मलाई स्कूल कहिल्यै छुट्टी

रोचक प्रसंगा

रहस्यमयी गाउँ : जहाँ सबै मानिस तथा जीव दृष्टिबिहीन



तपाईं दुनियाँ धेरै रहस्यमय दिनमै उनीहरूको दृष्टी गुम्छ । कुराहरूबारे सुन्नु भएको हो । दुनियाँमा यस्तै एउटा गाउँ पनि छ, जहाँ सबै दृष्टिबिहीन छन् । तपाईंलाई यकिन नलाग्ला, तर यो साँचो हो । यो गाउँ मेक्सिको स्थित टिल्टेपेक हो । यसलाई 'दृष्टिविहीनको गाउँ' भनिन्छ । यहाँ जनावरदेखि मानिससम्म कसैले पनि आँखा देखेनन् । यस गाउँमा जेपोटेक समुदायका जनजातिहरू बस्छन् । बच्चाहरू जन्मदा ठीकठाक नै हुन्छन् । तर, जन्मिएको केही

संसारकै सबैभन्दा ठूलो मुख



अमेरिकाको कनेक्टिकटकी समान्था राम्सेलको मुख विश्वकै ठूलो भएको गिनिज बुक अफ वर्ल्ड रेकर्डले जनाएको छ । उनको मुख ६.५६ सेन्टिमिटर सम्म खुल्ने र तेस्रो नाप्दा १० सेन्टिमिटरसम्म पुग्ने उल्लेख छ । राम्सेलले आफूलाई आफ्नो मुख जहिले ठूलो लाम्ने भएपनि टिकटकमा भिडियो पोस्ट गरेपछि मात्र यो कीर्तिमानी भएको थाहा पाइन् । सामाजिक सञ्जाल

२० वर्षसम्म पालेको भाले मरेपछि दाहसंस्कार



दाङ । लामो समय पालेको कुखुराको भाले मरेपछि एक व्यक्तिले भालेको हिन्दु परम्परा अनुसार दाहसंस्कार गरेर काजकिरिया गरेका छन् । उक्त भालेलाई १९ वर्ष १० महिना पालेका तुलसीपुर उपमहानगर पालिका- १५ पहरुवा निवासी शिव सुवेदीले भालेको धार्मिक विधिपूर्वक अन्तिम संस्कार गरेका हुन् । भालेको दाहसंस्कार गर्न सिङ्गे गाउँबासी मलामी नै गए । आफूले माया गरेर लामो समय पालेको भाले मरेपछि उनी शोकमा नै डुबे । हिन्दु परम्पर

कति वर्षका उमेरकाले कति घण्टा सुत्नु पर्छ ?

मानिसको उमेरका हिसावले निन्द्राको आवश्यकता पर्ने एक अनुसन्धानले देखाएको छ । संयुक्त राज्य अमेरिकाको राष्ट्रिय निन्द्रा फाउण्डेशनले गरेको अनुसन्धानमा जनाइए अनुसार विभिन्न उमेरका मानिसहरूको निन्द्राको आवश्यकता पनि फरक हुने गर्छ । तपाईंले कति घण्टा सुत्नु पर्छ ? हामीहरू प्रायःले आफूलाई पर्याप्त निन्द्रा नपुगेको सहजै थाहा पाउँछौं । तर पर्याप्त निन्द्रा नभएको कति हो त ? अमेरिकामा हाल गरिएको एक अनुसन्धानले भनेको छ त्यो तपाईंको उमेरमा भर पर्छ । सुत्ने नियमितताको अभाव, मदिरा, कफी र इनर्जी ड्रिक्स जस्ता पेय पदार्थको सेवन, अलार्म घडी र दिनको प्रकाश जस्ता कुराहरूले मानिसको बायोलोजिकल क्लक अर्थात जैविक घडीलाई प्रभावित गर्ने गर्छ ।

अमेरिकामा भर्जीनीया राज्यको आर्लीगटनमा कार्यालय रहेको निन्द्रा विषयमा अनुसन्धान गर्ने एउटा संस्था न्याशनल स्लीप फाउण्डेशन का अनुसार व्यक्तिको निन्द्राको आवश्यकता उसको जीवनशैलीमा आधारित हुने गर्छ । नवजात शिशुहरूलाई अरु उमेरका मानिसभन्दा बढी निन्द्राको आवश्यकता पर्छ, तिनीहरूका लागि १९ घण्टासम्म सुत्नु सामान्य हो । तर उमेरले पनि मानिसको निन्द्राको आवश्यकतामा महत्वपूर्ण भूमिका निर्धारण गर्ने गर्छ । नवजात (०-३ महिना): भर्खर जन्मेका बच्चाहरू सामान्यतया दैनिक १४ देखि १७ सुत्नु पर्दछ । ११ देखि १३ घण्टा सुत्दा पनि तिनीहरूलाई निन्द्रा पुग्छ, तर १९ घण्टाभन्दा बढी सुत्न दिनु हुँदैन । शिशु (४-११ महिना): यिनीहरूका लागि उपयुक्त १२ देखि

१५ घण्टाको निन्द्रा हो । कम्तीमा १० घण्टा सुत्दा पनि निन्द्रा पुग्न सक्छ तर शिशुहरूलाई १८ घण्टा भन्दा बढी सुत्न दिनु हुँदैन । वामेसर्नहरू (१-२ वर्ष): यो उमेरका बच्चाहरूले ११ देखि १४ घण्टा सुत्नु पर्छ । यिनीहरूका लागि ९ देखि १६ घण्टाको हो । विद्यालय जानु अधिका (३-५ वर्ष): विशेषज्ञहरू यो उमेर समूहका बच्चाहरूले १० देखि १३ घण्टा सुत्नु पर्ने बताउँछन् । तर ८ घण्टाभन्दा कम र १४ घण्टा भन्दा बढी निन्द्रा उपयुक्त हुँदैन । स्कूल उमेरका (६-१३ वर्ष): अमेरिकी निन्द्रा फाउण्डेशन का अनुसार यो उमेरकाहरूले ९ देखि ११ घण्टा सुत्नुपर्छ । ७ घण्टा भन्दा कम र १२ घण्टा भन्दा बढीको निन्द्रा यिनीहरूका लागि स्वस्थ मानिएको छैन । किशोरकिशोरी (१४-१७

वर्ष): किशोरकिशोरीहरूका लागि सुभाइएको निन्द्राको अवधि ८ देखि १० घण्टा हो । तर यिनीहरूले ११ घण्टाभन्दा बढी र ७ घण्टाभन्दा कम सुत्नु उपयुक्त नहुने अमेरिकी निन्द्रा फाउण्डेशनले जनाएको छ । युवा (१८-२५ वर्ष): युवा उमेर समूहकाहरूले ७ देखि ९ घण्टा सुत्नु उपयुक्त हो । तर यिनीहरूले ६ घण्टा भन्दा कम र ११ घण्टा भन्दा बढी सुत्नु हुँदैन । वयस्क (२६-६४ वर्ष): यो उमेर समूहका लागि सुभाइएको निन्द्राको अवधि युवाहरूको लागि जस्तै छ । बृद्ध (६५ वर्ष वा यो भन्दा माथि): यो उमेर समूहका मानिसहरूका लागि दैनिक ७-८ घण्टाको निन्द्रा स्वस्थ मानिएको छ । तर यिनीहरूले ५ घण्टाभन्दा कम र ९ घण्टाभन्दा बढी सुत्नु स्वस्थ होइन । स्वास्थ्यखबर

उपवासको बैज्ञानिक महत्व साउनको ब्रत कसरी बस्ने ?

इटहरी / साउन महिना सुरु भएको छ । साउन महिनामा धार्मिक अनुष्ठान, पुजाआजा तथा ब्रत बस्ने गरिन्छ । यो आडम्बर वा अन्धविश्वास होइन । साउन महिनामा सात्विक भोजन गर्नु, उपवास बस्नु, धार्मिक कर्ममा संलग्न हुनुको सामाजिक तथा वैज्ञानिक महत्व पनि छ ।

किन बस्ने उपवास एवं ब्रत ? भनिन्छ, ग्रह-उपग्रहको प्रभावले यसबेला हाम्रो शरीर कमजोर हुन्छ, पाचन यन्त्र कमजोर हुन्छ । यसबेला उच्च जना, आवेग, कामवासना बढ्छ । त्यसो त वर्षायाम हुने वायुमण्डल ओसिलो हुन्छ, जसले विभिन्न संक्रमण फैलाउने संभावना अत्याधिक हुन्छ । विषालु किराहरूको संक्रमण पनि यहि बेला हुन्छ । त्यसैले शरीरमा हुनसक्ने संभावित संक्रमणबाट बच्न र शारीरिक स्वास्थ्य कायम राख्न पनि उपवास एवं ब्रतले ठूलो महत्व राख्छ । त्यस्तै, मनलाई सन्तुलित र शान्त राख्नका लागि धार्मिक कार्यक्रमले सघाउ पुऱ्याउँछ ।

कस्तो छ परम्परा ? विशेषगरी महिलाहरू यस महिनामा महादेवको आराधना गरी आफ्ना श्रीमान्को लामो आयुको लागि उपवास एवं ब्रत बस्ने गर्छन् । त्यस्तै, विवाह नभएका युवतीहरू राम्रो श्रीमान् पाउने मनोकामना सहित उपवास बस्ने चलन छ । आखिर जुनसुकै मनासयले उपवास एवं ब्रत बसेपनि त्यसको विधि भने सिलसिलाबद्ध हुन जरुरी छ । त्यसैले उपवास एवं ब्रत बस्नुअघि निम्न कुरामा ध्यान दिनुपर्छ ।

१. उपवास एवं ब्रत बस्नुअघि मानसिक तथा शारीरिक रूपमा तयार हुनुपर्छ । उपवास बसेको बेला धेरै शारीरिक श्रम गर्नु उचित हुँदैन ।

मनलाई शान्त राख्नुपर्छ । प्रशन्न हुनुपर्छ ।

२. साउनको सोमवार वा अन्य जुनसुकै दिन उपवास एवं ब्रत बस्ने भए त्यस दिन भन्दा दुई, तीन दिन पहिले देखि नै फलफूल तथा तरकारीको सेवन बढी मात्रामा गर्नुपर्छ । तर यदि साउन महिनाभर उपवास एवं ब्रत बस्ने हो भने

चाहि त्यसको लागि विशेष तयारी आवश्यक छ ।

३. उपवास एवं ब्रत बस्नु दुई, तीन दिन पहिलेदेखि अली बढी अन्न सेवन गर्ने । उपवास एवं ब्रत बस्नु एक, दुई दिन अगाडी एक समय रोटीका, सलाद तथा तरकारी तथा फलफूलको सेवन गर्नु ।

४. उपवास एवं ब्रत बसेको बेला एक गिलास दुध, कागती पानी, जुस र फलफूल सेवन गर्न सकिन्छ । यसले शरीरमा आवश्यक पोषक तत्वको कमी हुन दिदैन ।

५. धेरै दिनसम्म उपवास एवं ब्रत बस्ने हो भने ३/४ दिन सम्म भोक लागेको महसुस हुनसक्छ । यस्तो अवस्थामा कागती पानी, मह वा २/३ गिलास केवल पानी पिउनाले मात्र पनि पेटको भोक हट्ने गर्छ ।

६. कतिले दिनमा एक छाक खाना मात्र पनि खाने गर्छन् । यसरी दिनभर भोके बसेर राती एकसाथ धेरै खानेकुरा भने सेवन गर्नु हुँदैन ।

७. उपवास एवं ब्रत बस्दा विहान बेलुकी प्रणायाम गर्नु तथा मौन रहनु स्वास्थ्यका लागि फाइदा जनक मानिन्छ । त्यस्तै, शरीर तथा मस्तिष्कलाई पनि भरपूर मात्रामा आराम दिनु उचित हुन्छ ।

९. उपवास एवं ब्रत बस्दा मुख सुक्ने तथा दिशा नुहने समस्या आउन सक्छ । यसबाट बच्नको लागि अमला, नासपाती, त्रिफला, पालुङ्गेको सुप तथा करेलाको रसको सेवन पेट सफा गर्न उचित मानिन्छ । त्यस्तै उपवास एवं ब्रत बस्दा पिसाब पोल्न, पेट दुख्ने, छाती पोल्ने, कब्जियत, संक्रमण तथा गन्हाउने पसिना लगायतको समस्या पैदा हुने गर्छ । यस्तो अवस्थामा एकै पटक पानी पिउनुको सट्टा एक एक घण्टाका फरकमा कागती पानीको सेवन स्वास्थ्यका लागि लाभदायक मानिन्छ ।

१०. निराहार ब्रत बस्नुअघि केहि सावधानी अपनाउनुपर्छ । पानीसमेत सेवन नगर्दा शरीरमा हिडाइड्रेसन हुनुका साथै शरीरमा भएका हानीकारक पदार्थ शरीरले

बाहिर फाल्न सक्दैन जसले गर्दा रोगको संक्रमण हुने संभावना बढेर जान्छ ।

उपवासको फाइदा - उपवासले शरीरका हरेक अंगले प्राकृतिक रूपमा काम गर्न सक्छन् ।

- पाचन प्रणाली सक्रिय बनाउनुका साथै अपच, ग्यास्ट्राइटिस, कब्जियत, पायल्स, आउँ, कोलाइटिसजस्ता पेटसम्बन्धी रोगहरू निको पार्न मद्दत गर्छ ।

- मोटोपन तथा शरीरको अनावश्यक बोसोलाई घटाउँछ ।

- स्नायु प्रणालीलाई सक्रिय बनाउँछ ।

- फोक्सो, कलेजो तथा मिर्गौलाजस्ता अंगको कार्यक्षमता बढाउँछ ।

- स्वस्थ व्यक्तिले पनि एक वर्षमा एकपटक मध्यम उपवास गरेमा शरीर स्वस्थ एवं दीर्घायु र हन सकिन्छ ।

- रक्तसञ्चार क्रियालाई सक्रिय बनाउनुका साथै रगतमा हुने चिल्लो कोलेस्ट्रॉल कम गर्छ ।

सावधानी

१. कुनै रोग छ वा औषधी सेवन गरिरहेको छ भने ब्रत एवं उपवास बस्नु हुँदैन । वा चिकित्सक को परामर्श आवश्यक हुन्छ ।

२. गर्भावस्थामा ब्रत तथा

उपवास बस्नु उपयुक्त हुन्न ।

३. कमजोरी भएमा वा कुनै शारीरिक समस्या भएमा उपवास बस्नु उपयुक्त हुँदैन ।

४. उपवास बस्नुअघि आफ्नो शारीरिक अवस्था थाहा हुनुपर्छ ।

५. उपवास विधीपूर्वक सिलसिलाबद्ध ढंगले गर्नुपर्छ ।

हेल्थ टिप्स

साउन महिनामा उपवास वस्दा ग्याष्ट्रिकको समस्या भए, निम्न उपाय अपनाउन सकिन्छ ।

- ग्याष्ट्रिकको कारण पेटमा समस्या छ भने, त्यस समय एक र दुई दाना स्टवेरी खानु पर्छ ।

- १ चम्चा वेकिड सोडालाई एक गिलास पानीमा मिसाउने, त्यसमा थोरै नुन र कागती राखेर सेवन गर्ने ।

- ग्याष्ट्रिक छ भने यसबाट छुटकारा पाउन घिउकुमारी पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

- यस्तो अवस्थामा सुकुमेल, जीरा, दालचीनी, लसुन र अदुवाको सेवन पनि प्रभावकारी हुनसक्छ ।

- पुदिना वा दालचिनीको फ्लेवरयुक्त चियाले पनि पेटको समस्या ठीक हुन्छ ।

- कागतीमा हाइड्रोक्लोरिक एसिड हुन्छ, जसले पाचन प्रक्रियामा सघाउ पुऱ्याउँछ ।

पूर्वलीन्युजबाट

स्वास्थ्य केन्द्र उद्घाटन



धनकुटा । महालक्ष्मी नगर पालिका-४ दमारमा आधारभूत स्वास्थ्य केन्द्र भवन निर्माण गरिएको छ । स्थानीयलाई सहज उपचार सेवा प्रदान गर्न चार कोठे पक्की भवन निर्माण गरिएको हो । ३३ लाख ६६ हजारमा निर्मित सो भवनको प्रमुख पर्थु राम नेपाल र उपप्रमुख मञ्जु अधिकारीले रिबन काटेर भवन उद्घाटन गरेका हुन् । सो कार्यक्रममा प्रमुख नेपालले दमारसहित आसपास क्षेत्रका सर्वसाधारणका लागि गाउँमै सहज रूपमा आधारभूत स्वास्थ्य सेवा

उपलब्ध गराउन भवन निर्माण गरिएको बताए । उनले सबै नगरवासीले सहज रूपमा स्वास्थ्य सेवा पाउने वातावरण मिलाउन नगरपालिका लागि परेको बताए । उनले उपचार नपाएरै कोहिपनि मृत्युवरण गर्नुपर्ने अवस्था आउन नदिने प्रतिवद्धता जनाए ।

सो केन्द्रमा अहिले दुई अहेब र एक जना कार्यालय सहयोगी छन् । सो क्षेत्रका सामान्य विरामी हुँदा उपचारका लागि चानुवाको बुधवार पुग्नुपर्ने बाध्यता थियो ।

बाँकी ५ पेजमा

जयसिंहको घटनामा ध्यानाकर्षण

धनकुटा । अनेरास्ववियु जिल्ला कमिटीले एक प्रेस विज्ञप्ति जारी गर्दै ध्यानाकर्षण गराएका छन् । विज्ञप्तिमा दार्चुला जिल्लाको विषयमा नेपाल भारत सीमा महाकाली नदीमा तुर्दिन तर्ने क्रममा भारतीय सीमा सुरक्षा बल (एसएसबी)ले तुर्दिनको तार काटिदिदा नदीमा खसेर बेपत्ता भएका नेपाली नागरिक जयसिंह धामीको घटनामा संलग्न भारतीय

पक्षलाई तत्काल कारवाही गरी क्षतिपूर्ति भराउन मागसमेत राखेका छन् ।

विज्ञप्तिमा एसएसबीबाट भएको उक्त अपराधिक, अमानवीय, निर्दयी, एवम् हेपाहा प्रवृत्तिको अनेरास्ववियु घोर भत्सर्ना गर्दछ भनिएको छ । सो विज्ञप्तिमा अनेरास्ववियुका जिल्ला संयोजक बसन्तराईद्वारा हस्ताक्षर गरिएको छ ।

प्रहरीद्वारा गाँजा फडानी

धनकुटा । गत शनिवार १०:३० बजे ईलाका प्रहरी कार्यालय छिन्ताडबाट खटिएको प्रहरीको टोलीले गाजा फडानी गरेको छ । प्रहरी नायव निरीक्षक दिलीपकुमार श्रेष्ठको कमाण्डमा गएका ९ जनाको गस्ती टोलिले शहीदभूमी

गाउँपालिका वडा नं. २ स्थित ढोल्मुखाको विभिन्न स्थानहरूमा गई अन्दाजी ३३ रोपनी जग्गामा अवैध रूपमा लगाएको र आफै उम्रेको गाँजाको ४ हजार ७ सय ५० वेर्ना नष्ट गरिएको प्रहरीले जनाएको छ ।

पुनः थपियो निषेधाज्ञा

धनकुटा । जिल्ला कोभिड ब्यवस्थापन समितिको बैठकले साउन ३२ गते राती १२ बजेसम्म जिल्ला भर लागु हुने गरी निषेधाज्ञा समय थप गरेको छ । सो कुरा प्रमुख जिल्ला अधिकारी कृष्ण प्रसाद पन्थद्वारा हस्ताक्षरित विज्ञप्तिमा जनाइएको छ ।

खाद्यान्न, तरकारी, फलफूलका पसलहरू खोल्न कुनै समय सीमा तोकिएको छैन । त्यसैगरी पुस्तक तथा पत्रपत्रिका पसलहरू पनि स्वास्थ्य सुरक्षाका मापदण्डहरूको पूर्ण पालना गरी सन्चालन गर्न पाइने छ । यस्तै बैंक तथा वित्तीय संस्थाहरू नेपाल राष्ट्र बैंकको निर्देशन बमोजिम सेवा प्रदान गर्ने

साथै २४ घण्टा एटीएम सेवाहरू खुल्ला रहनेछन् ।

यी समय विद्यालय, हाटबजार, सिनेमाहल लगायतका भिडभाड हुने अन्य संघसंस्थाहरू बन्द नै रहने छन् । अन्य संचालन गर्दा पूर्ण रूपमा स्वास्थ्य मापदण्डको पालना भने अनिवार्य गर्नु पर्ने छ ।

त्रिभुवन विश्वविद्यालय परीक्षा, राष्ट्रिय परीक्षा बोर्ड, बुढानिलकण्ठ स्कुलबाट छात्रवृत्ति छनौट परीक्षा, CTEVT द्वारा सञ्चालित परीक्षा र लोकसेवा आयोगद्वारा सन्चालित परीक्षाहरू नेपाल सरकारले तोकेका कोभिड सम्बन्धी जनस्वास्थ्यका मापदण्ड पालना गरी सञ्चालन गर्न पाइने जनाइएको छ ।

महालक्ष्मीको सेवा बन्द

धनकुटा । कोभिड संक्रमण बढेसँगै महालक्ष्मी नगरपालिकाले साउन ३२ गतेसम्म नगरपालिका बाट प्रदान गर्ने अत्यावश्यकीय बाहेकका सेवा बन्द गरेको छ ।

कोरोना संक्रमणको जोखिम लाई कम गर्न अत्यावश्यकीय बाहेकका सेवा बन्द गर्ने निर्णय भएको गिरीद्वारा जारी गरिएको विज्ञप्तिमा उल्लेख गरिएको छ ।

नगरपालिका भित्र सार्वजनिक स्थलमा भिडभाड नगर्न, हाट बजार नलगाउन, मठमन्दिर, गुम्बा, मस्जिद लगायत धार्मिक स्थानमा नियमित पुजा मात्र गर्न भनिएको छ ।

त्यस्तै सबै प्रकारका सेमिनार, बैठक खेलकुद गतिविधी गर्न समेत नगरपालिकाले रोक लगाएको छ ।

दैनिक उपभोग्य वस्तुका पसल विहान ६ बजेदेखि १० बजेसम्म मात्र खोल्न भनिएको छ । मध्यम तथा लामो दुरीका यातायातका साधन समेत नगरपालिका भित्र पूर्णरूपमा रोक लगाउने निर्णय गरिएको छ । तर, स्वास्थ्य संस्था बाट प्रवाह हुने सबै सेवा खुल्ला रहने जनाएको छ ।

त्यस्तै फोहोरमैला व्यावस्थापन, एम्बुलेन्स, नगर प्रहरी, खानेपानी, विपद् व्यवस्थापन सेवा भने सुचारु हुने नगरपालिकाले जनाएको छ ।

१२ हजारभन्दा बढीले लगाए खोप

शर्मिला राई

धनकुटा । धनकुटा जिल्लाभर गरी १२ हजार २ सय २७ जनाले कोरोना भाईरस विरुद्धको खोप लगाएका छन् ।

जिल्लाको सातै स्थानीय तहका सबै वडाको १ सय ४८ खोप केन्द्रबाट भरोसिल खोप लगाईएको छ । खोप पहिलो दिनमा ६ हजार ४ सय ३६ तथा दोश्रो दिनमा भने ५ हजार ७ सय ९१ गरी जम्मा १२ हजार २ सय २७ जनाले खोप लगाएको जिल्ला स्वास्थ्य कार्यालय प्रमुख तुलसी प्रसाद गुरागाईले जानकारी दिए ।

जसमध्ये छथरजोरपाटी गाउँपालिकाका १ हजार २ सय

५०, साँगुरीगढी गाउँपालिकाका १ हजार ५ सय २७, चौविसे गाउँपालिकाका १ हजार ३ सय १०, शहीदभूमी गाउँपालिकाका १ हजार १ सय २८ ले लगाएका छन् । यस्तै महालक्ष्मी नगरपालिका का १ हजार ८ सय, पाख्रीवास नगरपालिकाका १ हजार ३ सय ९६ र धनकुटा नगरपालिकाका ३ हजार ८ सय १६ जनाले खोप लगाएको तथ्यांक छ ।

सरकारले चीनबाट खरिद गरेको यो खोप साउन १४ र १५ गते ५५ वर्ष माथिका नागरिकसहित सवारी चालक, विद्यालयका शिक्षक, विश्व विद्यालयका प्राध्यापक लगायतलाई लगाईएको थियो ।

छथर जोरपाटी गाउँपालिका गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय

जोरपाटी, धनकुटा



करदाता महानुभावहरूमा छथर जोरपाटी गाउँपालिकाको सूचना ।

छथर जोरपाटी गाउँपालिकाको गाउँसभाबाट पारित निर्णय बमोजिम आ.व. २०७८/०७९ को लागि सम्पति कर, भूमि कर र व्यवसाय कर यहि २०७८ साल आश्विन मसान्त भित्र बार्षिक कर बुझाएमा जम्मा कर रकमको १० प्रतिशत छुट रहेकोले समयमा नै कर दाखिला गरी मौकाको फाइदा उठाउनु हुन करदाता महानुभावहरूमा अनुरोध छ ।

छथर जोरपाटी गाउँपालिका
राजश्व शाखा

पाखीवाच

चौहान, महालक्ष्मी नगरपालिकाका प्रमुख पशुपति नेपाल, नेपाल पत्रकार महासंघका अध्यक्ष नगेन्द्र राईलगायतले कफी खेतीले ग्रामीण क्षेत्रको किसानहरूको आर्थिक अवस्था सुदृढ भई जीवनस्तरसमेत बढ्ने बताए ।

वडा नं. ८ का वडाध्यक्ष सितारा राम राईले संचालन गरेको कार्यक्रममा प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत डिकबहादुर राईले स्वागत मन्तव्य राखेका थिए ।

अर्थ

नेपाली कांग्रेसका आमन्त्रित केन्द्रिय सदस्य मनोहरनारायण श्रेष्ठको अध्यक्षतामा सत्तापक्षीय गठबन्धनको बैठक सम्पन्न भएको थियो । बैठकमा नेकपा माओवादी केन्द्रका अध्यक्ष ऋषिराम ढुंगाना, जसपाका अध्यक्ष बल बहादुर राई, उपाध्यक्ष विकास घिमिरे, नेकपा एमाले माधव समूह का सविच खगेन्द्र सुवेदी, नेकपा माओवादी केन्द्रका सचिवालय सदस्य इन्द्र विष्ट, कांग्रेस महासमिति सदस्य मिनबहादुर कार्की, जसपाका नारायणजुन राई लगायतले सत्ता परिवर्तनको अनुभूति जनताले पाउनु पर्नेमा जोड दिए ।

यसैवीच गठबन्धनको मागलाई स्वास्थ्यराज्यमन्त्री श्रेष्ठले उच्च प्राथमिकता दिएको, धनकुटाका सबै जनतालाई खोप दिन र सबै स्वास्थ्य संस्थाहरूलाई विशेषज्ञ सहितको स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्न व्यवस्था गर्ने आश्वासन दिएको गठबन्धनले जनाएको छ ।

बैठकले सात वटै पालिका र ६० वटै वडाहरूमा सत्तापक्षीय लोकतान्त्रिक गठबन्धनको संयन्त्र गठन गरी व्यापक परिचालन गर्ने निर्णय गरेकोछ । यसका लागि गठबन्धनले सबै पालिका र वडाहरूमा जिल्लास्तरीय प्रतिनिधिहरू पठाएका छन् । प्रतिनिधिहरूले यहि साउन मसान्तसम्ममा पालिका तथा वडाहरूमा भेला गरी जिल्लास्तरीय संयन्त्रले निर्णय गरेको १३ बुदे निर्देशन पुरा गर्ने र दिएको सबै जिम्मेवारी पुरा गरी जिल्लामा प्रतिवेदन पेश गर्न निर्देशन दिने निर्णय समेत गरेको छ ।

घटना

काभ्रेपलाञ्चोक मन्नेदेउपुर नपा १ का वर्ष ३४ को रमेश पौडेल र सप्तरी सुरुङ्गा नपा ४ कनकपुर का वर्ष ३३ का सुरेश कुमार चौधरी रहेका छन् ।

उनीहरूको अवस्था सामान्य रहेको जिल्ला ट्राफिक प्रहरी कार्यालयले जनाएको छ । दुर्घटनाग्रस्त बसका चालक फरार रहेकोले खोजी भईरहेको छिएसपी रायले जानकारी दिए । ट्रकका चालकलाई भने सोधपुछका लागि प्रहरीले नियन्त्रणमा लिएको छ ।

संस्मरण.....

नहोस् जस्तो लाग्दथ्यो । स्कुल जाने भन्दा पनि गोठालो जानुपर्ला भन्ने पिरले । मेरो मात्र होइन अरुको पनि हविगत यस्तै थियो । सरस्वती स्कुलमा विद्यार्थी थोरै थिए । फर्निचर तथा शिक्षकको पनि अभाव थियो । सरस्वती स्कुलमा हुँदा जम्मा २ जना शिक्षकले पाटीमा पढाउनुहुन्थ्यो । हाइस्कुलको विशाल भवन, फराकिला कक्षाकोठा, आवश्यक फर्निचर, प्रशस्त शैक्षिक सामग्री तथा धेरै शिक्षकहरू देख्दा मलाई निकै अचम्म लागेको थियो । कक्षामा हामी ३० जनाभन्दा बढी विद्यार्थी थियौं । त्यसमा सरस्वती स्कुलबाट गएका जम्मा ४ भाइ थियौं । त्यसैले कक्षामा घुलमिल हुन नै केही समय लाग्यो ।

विद्यालय समय १० देखि ४ बजेसम्म थियो । दश बजे प्रारम्भ हुने प्रार्थनासभामा सहभागी हुनु अनिवार्य ठानिन्थ्यो । पहिलो घन्टी पढाउने शिक्षकले विद्यार्थीको हाजिर लिनु हुन्थ्यो । त्यसैले उहाँलाई क्लासटिचर भनिन्थ्यो । विद्यालयमा १ बजेदेखि २ बजेसम्म खाजा समय थियो ।

हामीलाई पढाउने गुरुहरूमा भुवनेश्वर बौद्धाचार्य, जीवलाल श्रेष्ठ, मोहनप्रसाद श्रेष्ठ, सुन्दरबहादुर श्रेष्ठ, मैथोस अधिकारी, मुरारी अधिकारी, गोविन्दबहादुर श्रेष्ठ, शिवप्रसाद गुरागाई, हेमचन्द्र पोखरेललगायत हुनुहुन्थ्यो । उहाँहरू मध्ये अधिकांश बितिसकनुभएको छ । स्वर्गवासी गुरुहरूप्रति हार्दिक श्रद्धाञ्जली । हामीलाई पढाउने शिक्षकमध्ये हाल गोकुललाल श्रेष्ठ मात्र जीवित हुनुहुन्छ । गुरुको आशीर्वाद पाइरहुँ । हामीले ८ कक्षामा अमेरिकी पिसकोर कार्यक्रमअन्तर्गत २ शिक्षक म्याक र हेमिकबाट फर्निचर निर्माण एवं कृषि विषयमा अतिरिक्त कक्षा लिन पाएका थियौं । हाम्रो विद्यालयमा कोही पनि शिक्षिका हुनुहुन्थ्यो ।

धनकुटामै त्यतिबेला दुईवटा हाइस्कुल थिए । एउटा गोकुण्डेश्वर हाइस्कुल तथा अर्को गोकुण्डेश्वर कन्या स्कुल । प्रारम्भमा यी दुवै स्कुल एकै थिए । पछि कन्या स्कुल पृथक् भएको थियो । हेमचन्द्र पोखरेल तथा विज्ञान र हिसाब विषय पढाउने शिक्षकले भने दुवै स्कुलमा पढाउनुभएको सम्झना छ ।

जिल्लाका विभिन्न स्थानमा प्राइमरी तथा मिडिल स्कुलहरू थिए । त्यहाँबाट विद्यार्थीहरू सात-सामल लिएर बजारमा डेरा गरी बस्थे । छिमेकी जिल्लाबाट पनि केही विद्यार्थी भर्ना भएका थिए । सरकारी कार्यालयका कर्मचारीका छोराछोरी पनि सोही विद्यालयमा पढ्ने गर्दथे । त्यस बेलामा भारत तीय सेनामा भर्ना भएका सिपाहीका सन्तानलाई भारत सरकारले नै पढाइदिन्थ्यो । उनीहरूका लागि एक होस्टेल पनि तल्लो कोच्मा बनेको थियो । यसलाई सोल्डर बोर्ड होस्टेल भनिन्थ्यो । कक्षा ६ देखि १० सम्म अध्ययन गरिरहेका सैनिकका छोराहरूसमेत उक्त होस्टेलमा बस्ने गर्दथे । उनीहरू सबै त्यहाँबाट पढ्नका लागि गोकुण्डेश्वर स्कुल आउँथे ।

हामी सात कक्षामा पुग्दा तेलियाबाट लोकेन्द्र राया, शेर बहादुर थापा, खिन्द्रप्रसाद घिमिरे तथा खेम घिमिरे, जितपुरबाट शिव नेपाल र खाँदबारीबाट रामप्रसाद श्रेष्ठ पढ्न आएका थिए । कक्षा ९ मा धनकुटा गौंडाका सुब्बा माधवप्रसाद नेपालका छोरा प्रकाश नेपाल र तेह्रथुमबाट अमरदीप प्रधान पढ्न आएका थिए । हामी कक्षा ६ देखि १० कक्षाको पूर्वयोग्यता परीक्षा दिने बेलासम्म प्रायः उनै सहपाठी थियौं । हामीमध्ये पुण्यप्रसादले बीचैमा पढाइ छाडे भने देवहरि श्रेष्ठ विराटनगरतिर लागे । मेरा अन्य सहपाठीहरूमा सुशील कर्माचार्य, प्रेमकुमार श्रेष्ठ, गंगा श्रेष्ठ, राधेश्याम श्रेष्ठ, ओमकार श्रेष्ठ भोगेन्द्रप्रकाश श्रेष्ठ, ईश्वर बहादुर श्रेष्ठ, दिनेशलाल श्रेष्ठ, पूर्णकृष्ण श्रेष्ठ, सोहनलाल श्रेष्ठ, पहलमान तामाङ, भागवत श्रेष्ठ तथा रुद्रबहादुर बस्नेतको सम्झना छ ।

एसएलसीको सेन्टअपमा गएर भने हामीले धेरैसाथी छाड्नुपर्थ्यो । एसएलसी परीक्षा दिँदा प्रकाश नेपाल (हाल अमेरिका) र अमर दीप प्रधान (डा. अमर प्रधान, उनी चाँडे बिते)बाट मैले धेरै कुरा सिकेको थिएँ । कक्षा ८ मा हुँदा पूर्णकृष्ण श्रेष्ठको घरमा हामीले संयुक्त अध्ययनसमेत गरेका थियौं । स्कुलमा साहित्यिक कार्यक्रम भइरहन्थ्यो । विद्यालयको वार्षिकोत्सव, राजारानीको जन्मोत्सव तथा अन्य यस्तै उत्सवहरूमा खेलकुदका कार्यक्रम पनि हुन्थे । साथै विदेश भ्रमण गरेर आएकाहरूले आफ्नो अनुभव सुनाउँथे । माधव प्रसाद शर्मा (उपकुलपति), मुकुन्द पोखरेल लगायतले विदेश भ्रमणको अनुभव सुनाएको मलाई याद छ ।

बजारका र गाउँका विद्यार्थीहरू बीच धेरै अन्तर देखिन्थ्यो । बजारका सुकिलामुकिला थिए तर गाउँका भुत्रे-भाम्रे जस्ता देखिन्थे । तुलनात्मक रूपमा गाउँका पढ्नमा तेजी थिए । जिल्लामा मन्त्री आउँदा घुमाउने चौतारासम्म उनीहरूलाई लिन जाने गरिन्थ्यो । यस अवसरमा सबै विद्यार्थी सहभागी गराउने चलन थियो । खेलकुदमा भने बजारका अगाडि नै हुन्थे । पढाइ तथा साहित्यिक क्रियाकलापमा भने गाउँका अगाडि देखिए ।

मंसिर महिनामा अमिलो साँधेर खाने खुवाउने चलन थियो । कक्षा ७ देखि कक्षा १० सम्मका विद्यार्थीहरूले बेग्लबेग्लै दिन अमिलो साध्ने कार्यक्रम राख्दथे । सम्बन्धित कक्षाका बाहेक अन्य कक्षाका मनिटर तथा शिक्षकहरू सबैलाई आमन्त्रण गरिन्थ्यो । जुनार, सुन्तला, संखत्रो, चाकुपाङ जस्ता फलफूलमा दही, बदामको छोप, मसला एवम् चिनी हालेर अमिलो साध्ने चलन थियो । घरमा यी फलफूल हुनेले लिएर जान्थे भने अरूले सामान्य पैसा दिन्थे । त्यसबेला मलाई मोनिटर हुन पाएको भए हुन्थ्यो जस्तो लाग्थ्यो । त्यसबेला धरान, विराट नगर, तेह्रथुम, चैनपुर र धनकुटा बीच फुटबल प्रतियोगिता हुन्थ्यो । धनकुटाले जित्दा खुसी भइन्थ्यो भने हार्दा मन खिन्न हुन्थ्यो ।

स्कुलमा कडा अनुशासन थियो । शिक्षकसित विद्यार्थी डराउनुपर्छ भन्ने मान्यता थियो । सबै शिक्षकको हातमा प्रायः बाँसको सिक्रनु वा लड्डी हुन्थ्यो । तर, ८, ९ र १० कक्षामा पुगेपछिभने विद्यार्थीले कमै पिटाई खान्थे । बिफर तथा टिएबिसी को भ्याक्सिन प्रत्येक वर्ष स्कुलमा नै दिइन्थ्यो । स्कुलमा विशेष व्यक्तिको भ्रमण हुँदा तथा माथिल्लो तहका अधिकारीहरूको निरीक्षण हुँदा विशेष सजग गरिन्थ्यो ।

सुरुमा स्कुलमा छात्र संगठन थिएन तर हामी १० कक्षामा पुगेपछि संगठनको माग भयो । सुशील कर्माचार्य र दिनेशलाल श्रेष्ठ छात्र संगठनको सभापतिको उम्मेदवार भए । प्रत्येक कक्षामा शिक्षकहरू नै गएर को कसको पक्षमा हो हात उठाउन लगाउनुभयो । सोहीअनुसार आएको नतिजामा दिनेशलाल श्रेष्ठ सभापतिमा चुनिएका थिए । हामी स्कुल पढ्नुजेल कहिल्यै हडताल भएन । यथार्थमा भन्ने हो भने हडताल के हो थाहा नै थिएन ।

स्कुल पढेका साथीहरूमध्ये रुद्रबहादुर बस्नेत र म एमएसम्म सँगै भयौं । उनी अर्थशास्त्रमा स्नातकोत्तर गरी सरकारी सेवामा गए । दिनेशलाल, रामकृष्ण, लोकेन्द्र, पूर्णकृष्ण, प्रकाश नेपाल, टंकबहादुर लिम्बुलगायतका साथीहरूसित अहिले पनि सम्पर्क छ । देवहरि, ओमकार, भोगेन्द्रप्रकाश, सुशील कर्माचार्य, अमरदीप प्रधान जस्ता मित्रहरूलाई गुमाउनुपरेको छ । दिवंगत मित्रहरूसित पुनः हार्दिक श्रद्धाञ्जली ।

एसएलसीपूर्वको टेस्ट परीक्षा उत्तीर्ण गरेपछि दुवै गोकुण्डेश्वर का विद्यार्थीको संयुक्त बनभोज कार्यक्रम आयोजना गर्ने चलन थियो । त्यसबेला सहशिक्षा थिएन । त्यसैले केटी साथीसित बोलनिकै असहज हुन्थ्यो । तर, उक्त बनभोजबाट केही खुल्ल सजिलो भयो । हामीले खानेकुरा सोल्जर बोर्ड होस्टेलमा तयार गरेका थियौं । बनभोजस्थल भने पाखिबास थियो । उक्त बनभोजमा जानेमध्ये कन्या स्कुलका उर्मिला श्रेष्ठ, र षिङ्गी श्रेष्ठ तथा सुशीला पोखरेल आइए पढ्दा सँगै भए ।

स्कुल पढ्दा भागेर बेसीमा बयर टिप्न, फडिर टिप्न तथा पालेखोलामा पौडी खेलन गएको सम्झना छ । स्कुल छेउछाउमा भएका बारीको अम्बालगायत फलफूल पनि भुक्त्याएर टिप्ने गरिन्थ्यो । माथिल्लो कक्षामा पढ्ने प्रायः सबैले धुम्रपान गर्थे लत भने धेरैको थिएन ।

हामीले पढ्दा बुभेरेर भन्दा घोकेर पढ्ने चलन थियो । कक्षाकोठामा कालोपाटी त थियो तर थोरै मात्र शिक्षकहरूले यसको प्रयोग गर्नुहुन्थ्यो । हिसाब पढाउने शिक्षकले भने प्रायः कालोपाटी नै प्रयोग गर्नुहुन्थ्यो । खेलकुद कार्यक्रमको प्रयोजनका लागि समय छुट्याइएको थिएन । कविगोष्ठी तथा वादविवाद भने बारम्बार भइरहन्थ्यो । हाजिरीजवाफ जस्ता कार्यक्रम भने सञ्चालन हुँदैनथे ।

हाइस्कुल पुगेपछि सिसाकलम, सिलोट तथा बाँसका कलमले छुटकारा पायो । बल्ल फाउन्टेन पेनबाट लेख्न थालियो । हाम्रो पालामा टेको तथा फ्लेटो जस्ता कलमहरू विद्यार्थीको पहुँचमा थिए । पार्कर तथा वाटन म्यान जस्ता कलम भने ठूलोबडाको हुन्थ्यो । बलपेन त हामीले देखेकै थिएनौं । विद्यार्थीहरूलाई कडा अनुशासनमा राख्नुपर्छ,पिटेरे तह लगाउनुपर्छ भन्ने मानसिकता थियो । गुरुहरूसित असाध्यै डराउनुपर्ने अवस्था थियो । आफ्ना छोराछोरीहरूलाई सरको डर देखाएर तह लगाउन खोज्थे, बाबुआमाहरू । नेपाली र संस्कृत पढाउनेशिक्षकलाई गुरु र अन्यलाई सर भन्ने चलन थियो ।

म कक्षाको सबैभन्दा फुच्चे भएको कारणबाट सबै साथीहरूले माया गर्थे । गुरुहरूले पनि असाध्यै स्नेह गर्नुहुन्थ्यो । मैले कहिल्यै पिटाई खानुपरेन । कक्षा ६ देखि ९ सम्म पढ्दा मैले निःशुल्क छात्रवृत्ति पाएको थिएँ । कक्षा १० मा भने अर्धशुल्क छात्रवृत्ति पाएको थिएँ । साथीहरूले मलाई स्नेहपूर्वक फुच्चे बाजे, सानो बाजे भनी सम्बोधन गर्थे । त्यस समयमा ब्राह्मणलाई प्रयोग गरिने 'बाजे शब्द आदराथी मानिन्थ्यो । अहिले पनि कसैले बाजे भनेर सम्बोधन गर्दा मलाई आनन्द लाग्छ तर यसो भन्ने कोही छैनन् ।

नेपालमा शिक्षा र आइसल्यान्डमा सर्प उस्तै हो भन्ने टिप्पणी गरिएको समयमा गोकुण्डेश्वर हाइस्कुलले पूर्वाञ्चल क्षेत्रमा शिक्षाको विकास र विस्तार गर्न ठूलो भूमिका निर्वाह गरेको थियो । राणा शासकहरूको सुदृष्टि नहुँदा नहुँदै पनि स्थानीय समाजसेवीहरूको अनवरत तथा अथक् प्रयासबाट यस स्कुलले समयानुसार प्रशंसनीय एवम् अनुकरणीय कार्य गरेको थियो । यस स्कुलमा पढ्ने विद्यार्थीहरूले मुलुकमै अति विशिष्ट पहिचान कायम गर्न सकेका थिए । सूर्य बहादुर थापा, ज्ञानेन्द्रबहादुर कार्की, कृष्णप्रसाद पोखरेल, मोहनप्रसाद पोखरेल, पदमबहादुर बस्नेत जस्ता राजनीतिज्ञहरू गोकुण्डेश्वर स्कुलकै उत्पादन थिए । रामनारायण श्रेष्ठ, रामेश्वरबहादुर श्रेष्ठ, खगेन्द्रबहादुर प्रधानाङ्ग जस्ता समाजसेवी तथा रामप्रसाद पोखरेल, तुलसी दिवस, दयाराम सम्भव, अशेष मल्ल, बुद्धदेवप्रसाद घिमिरे जस्ता साहित्यिक क्षेत्रका गहना यसै स्कुलका उत्पादन हुन् । उपेन्द्र दुःखी, मुकेश मल्ल जस्ता लक्ष्य प्रतिष्ठित चित्रकार, एलपी जोशी, ओमकार श्रेष्ठ, गणेश खुँजेली जस्ता संगीतका साधक, डा रामप्रसाद पोखरेल, डा. निराकारमान श्रेष्ठ, डा. गुणराज कार्की, डा. सम्पूर्णानन्द ढुंगाना, डा. भगवान श्रेष्ठ जस्ता चिकित्सक, भकमकबहादुर निरौला जस्ता उद्यमी एवम् ओमभक्त श्रेष्ठ (पूर्वप्रधानन्यायाधीश) जस्ता न्यायमूर्तिहरूले पनि यसै स्कुलमा

अध्ययन गरेका थिए । त्यसैगरी गोकुलप्रसाद पोखरेल, डा. माधव प्रसाद शर्मा, प्रा नारायण जोशी, प्रा. उपेन्द्र पोखरेल, डा टेकबहादुर श्रेष्ठ, डा. पुष्पबहादुर श्रेष्ठ जस्ता बौद्धिक व्यक्तित्व पनि यसै स्कुलमा पढेका थिए ।

यस स्कुलबाट पहिलोपटक प्रथम श्रेणीमा प्रवेशिका उत्तीर्ण गर्ने व्यक्ति छविमरण भट्टराई थिए भने हाम्रो पालामा अमरदीप प्रधानले प्रथम श्रेणीमा उत्तीर्ण गरेपछि स्कुलबाट प्रथम श्रेणीमा प्रवेशिका उत्तीर्ण गर्ने दोस्रो व्यक्ति बने । गौरवपूर्ण अतीत बोकेको यस विद्यालयको समयसापेक्ष विकास गरी पुनः पूर्वकै एक सशक्त शैक्षिक धरोहरको रूपमा स्थापित गर्न सम्बन्धित सबै पक्षको प्रतिबद्धताको टङ्कारो खाँचो देखिएको छ ।

टहस्यमयी

अनुसार यो किराले टोकेपछि मानिस हरूको आँखाको दृष्टि गुम्छ । गाउँका सबै मानिस भूमिमा बस्छन् । यस गाउँमा भन्डै ७० भुपडी छन्, जसमा भन्डै ३ सयको जनसंख्या बस्छ । सबै दृष्टिविहिन छन् । कुनै पनि भुपडीमा झ्याल पनि छैन । रिपोर्टका अनुसार गाउँमा कोही न कोहीको दृष्टि ठिक हुनुपर्छ, जसको सहारामा बाँकी सबै मानिसहरू बाँचन सफल भएका छन् । एजेन्सी

अंघाटकै

ठूलो मात्रामा फ्राइजहरू अटाएको लगायत छन् । सीएनएन

२० वर्ष

सल्लाहअनुसार नै दाहसंस्कार गर्यौं। सुवेदीले भाले मरेपछि गाउँका २०-२५ जनाको सहभागितामा नजिकको टैवा खोलामा लगेर दाहसंस्कार गरिएको बताए।

हिन्दू परम्पराअनुसार मान्छेको मृत्यु पछि जे-जे गरिन्छ, सोहीअनुसार नै भालेलाई पनि अन्त्येष्टि गर्यौं सुवेदीले भने, 'कपाल नै खौरिएको छु, नून छोडें, सेतो कपडा लगाएँ।' भाले मरेपछि घर परिवार मात्रै नभई गाउँ समाज पनि धेरै भावुक बनेको उनको भनाइ छ । भाले २० वर्ष पालेका कारण सुख दुखको साथी र परिवारको सदस्य जस्तो भइसकेकाले त्यसप्रतिको सम्मान र माया पनि उत्तिकै बढेकाले पनि भावुक हुने अवस्था आएको सुवेदीले बताए।

आफुसँगै घरमा पालिने पशुपक्षीलाई पनि सम्मान गर्नुपर्छ भन्ने भावना बढाएको र आफुले त्यो किसिमको सन्देश सबैलाई दिन खोजेको बताए। सुवेदीले किन पालेका थिए भाले ?

सुवेदीको लामो समय भाले पाल्ने कुनै योजना थिएन । उनका बुबा रिटायर्ड सरकारी शिक्षक हुन् । बुबाको पेन्सन घरमै आएर दिने घोराहीका शिक्षक डेमकान्त अधिकारीलाई खुवाउन त्यो भाले उनले पालेका थिए । तर, त्यो भाले पालेको पाँच-सात वर्षसम्म पनि शिक्षक अधिकारीलाई खुवाउने कुनै अवसर जुरेन । त्यति बेलासम्म भाले पालेको १४ वर्ष भइसकेको थियो । आफुले पालेको भाले १४ वर्ष पुगेपछि सुवेदीलाई 'भाले कति वर्ष बाँच्दो रहेछ त भनेर खुल्दुली जाग्यो र उनले भालेलाई जति बाँच्छ, त्यति पाल्ने प्रण गरे र सो अनुसार पाले पनि ।

भाले १७ वर्षको हुँदा युट्युब तथा सामाजिक सञ्जाल जताततै निकै चर्चा पायो । 'गिनिज बुकमा नाम लेखाएर नेपालकै नाम विश्वमा चिनाउने योजना बनाएको थिएँ,' उनले भने, 'तर, धेरैले खर्चिलो हुन्छ भनेपछि त्यो सोच छाडे । लामो समय भाले पाल्दाको अनुभव सँगाल्न पाएको पनि उनले बताए ।

अध्ययन गरेका थिए । त्यसैगरी गोकुलप्रसाद पोखरेल, डा. माधव प्रसाद शर्मा, प्रा नारायण जोशी, प्रा. उपेन्द्र पोखरेल, डा टेकबहादुर श्रेष्ठ, डा. पुष्पबहादुर श्रेष्ठ जस्ता बौद्धिक व्यक्तित्व पनि यसै स्कुलमा पढेका थिए ।

यस स्कुलबाट पहिलोपटक प्रथम श्रेणीमा प्रवेशिका उत्तीर्ण गर्ने व्यक्ति छविमरण भट्टराई थिए भने हाम्रो पालामा अमरदीप प्रधानले प्रथम श्रेणीमा उत्तीर्ण गरेपछि स्कुलबाट प्रथम श्रेणीमा प्रवेशिका उत्तीर्ण गर्ने दोस्रो व्यक्ति बने । गौरवपूर्ण अतीत बोकेको यस विद्यालयको समयसापेक्ष विकास गरी पुनः पूर्वकै एक सशक्त शैक्षिक धरोहरको रूपमा स्थापित गर्न सम्बन्धित सबै पक्षको प्रतिबद्धताको टङ्कारो खाँचो देखिएको छ ।

टहस्यमयी

अनुसार यो किराले टोकेपछि मानिस हरूको आँखाको दृष्टि गुम्छ । गाउँका सबै मानिस भूमिमा बस्छन् । यस गाउँमा भन्डै ७० भुपडी छन्, जसमा भन्डै ३ सयको जनसंख्या बस्छ । सबै दृष्टिविहिन छन् । कुनै पनि भुपडीमा झ्याल पनि छैन । रिपोर्टका अनुसार गाउँमा कोही न कोहीको दृष्टि ठिक हुनुपर्छ, जसको सहारामा बाँकी सबै मानिसहरू बाँचन सफल भएका छन् । एजेन्सी

अंघाटकै

ठूलो मात्रामा फ्राइजहरू अटाएको लगायत छन् । सीएनएन

२० वर्ष

सल्लाहअनुसार नै दाहसंस्कार गर्यौं। सुवेदीले भाले मरेपछि गाउँका २०-२५ जनाको सहभागितामा नजिकको टैवा खोलामा लगेर दाहसंस्कार गरिएको बताए।

हिन्दू परम्पराअनुसार मान्छेको मृत्यु पछि जे-जे गरिन्छ, सोहीअनुसार नै भालेलाई पनि अन्त्येष्टि गर्यौं सुवेदीले भने, 'कपाल नै खौरिएको छु, नून छोडें, सेतो कपडा लगाएँ।' भाले मरेपछि घर परिवार मात्रै नभई गाउँ समाज पनि धेरै भावुक बनेको उनको भनाइ छ । भाले २० वर्ष पालेका कारण सुख दुखको साथी र परिवारको सदस्य जस्तो भइसकेकाले त्यसप्रतिको सम्मान र माया पनि उत्तिकै बढेकाले पनि भावुक हुने अवस्था आएको सुवेदीले बताए।

आफुसँगै घरमा पालिने पशुपक्षीलाई पनि सम्मान गर्नुपर्छ भन्ने भावना बढाएको र आफुले त्यो किसिमको सन्देश सबैलाई दिन खोजेको बताए। सुवेदीले किन पालेका थिए भाले ?

सुवेदीको लामो समय भाले पाल्ने कुनै योजना थिएन । उनका बुबा रिटायर्ड सरकारी शिक्षक हुन् । बुबाको पेन्सन घरमै आएर दिने घोराहीका शिक्षक डेमकान्त अधिकारीलाई खुवाउन त्यो भाले उनले पालेका थिए । तर, त्यो भाले पालेको पाँच-सात वर्षसम्म पनि शिक्षक अधिकारीलाई खुवाउने कुनै अवसर जुरेन । त्यति बेलासम्म भाले पालेको १४ वर्ष भइसकेको थियो । आफुले पालेको भाले १४ वर्ष पुगेपछि सुवेदीलाई 'भाले कति वर्ष बाँच्दो रहेछ त भनेर खुल्दुली जाग्यो र उनले भालेलाई जति बाँच्छ, त्यति पाल्ने प्रण गरे र सो अनुसार पाले पनि ।

भाले १७ वर्षको हुँदा युट्युब तथा सामाजिक सञ्जाल जताततै निकै चर्चा पायो । 'गिनिज बुकमा नाम लेखाएर नेपालकै नाम विश्वमा चिनाउने योजना बनाएको थिएँ,' उनले भने, 'तर, धेरैले खर्चिलो हुन्छ भनेपछि त्यो सोच छाडे । लामो समय भाले पाल्दाको अनुभव सँगाल्न पाएको पनि उनले बताए ।

धनकुटामा ७ सय ३३ उद्योग दर्ता

धनकुटा । आर्थिक वर्ष २०७७/७८ मा धनकुटामा ७ सय ३३ वटा लघु तथा घरेलु उद्योग दर्ता भएका छन् ।

दर्ता भएका उद्योगमा उत्पादनमुलुक १९ वटा, कृषि तथा वनजन्य ५ सय ८७ वटा, पर्यटन सम्बन्धि ५९ वटा, सेवामूलक ६२ वटा र सूचना प्रविधि सम्बन्धि ४ वटा रहेको घरेलु तथा साना उद्योग कार्यालय का निमित्त प्रमुख दिनेश ढुंगानाले जानकारी दिए ।

दर्ता भएका उद्योगमा लघु र साना उद्योग बढी रहेकाछन् । जसमध्ये ३ सय ३९ वटा महिलाका नाममा र ३ सय ९४ वटा पुरुषका नाममा रहेको कार्यालयले जनाएको छ ।

यी उद्योग सञ्चालन भएपछि करिब ३ हजार जना जतिले प्रत्यक्ष रोजगारी पाउने समेत कार्यालयले जनाएको छ ।

मैले यो भाले लामो समय पालें, केही नयाँ अनुभव पनि सँगालेको छु' उनले भने 'भालेले खुसीनी खान्थ्यो, त्यसले गर्दा पनि उसको रोगप्रतिरोधी शक्ति बढेको अनुभूति भयो, धेरैले त्यही भन्नुहुन्छ ।'

घरमा पालेका धेरै कुखुरा पटक-पटक रोगले मर्दा पनि त्यो भाले रोगले पनि छोएको थिएन । केही समय अघि मात्रै घरका सबै कुखुरा मरे पनि त्यो भालेलाई केही भएन । घरमा त्यही भाले मात्रै बचेको थियो । त्यही भाले नै मरेपछि अहिले घरमा एउटा पनि कुखुरा नभएको उनी बताउँछन् ।

मर्नु भन्दा ४/५ महिना पहिलेदेखि नै भाले विरामी थियो । कानमा घाउ भएर किरा परेका थिए । प्राविधिक ल्याएर ती किरा मार्ने औषधी खुवाएपछि केही समय बाँचन सफल भएको थियो । भालेको एउटा आँखा पहिल्यै फुटेको थियो । भाले धेरै बुढो भएर पनि होला, घरको भित्र बाहिर पनि गर्न नसक्ने भएकाले मान्छेले नै बाहिरभित्र गराउनुपर्थ्यो । रातोपाटी

स्वास्थ्य

अब, सो क्षेत्रका बासिन्दालाई सहजता मिलेको छ ।

महाभाटतमा

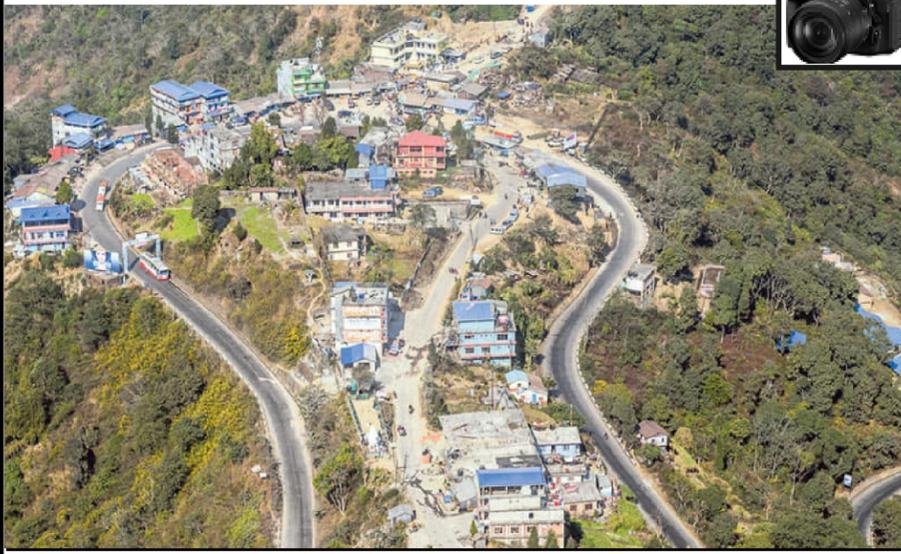
दिनेश राई, युवानेता कमोट फागो, जिल्ला सदस्यहरू नेपालधन राई, ज्ञानु गुरुङ, जयन्द्र घिसिङ, क्षेत्रीय सभापती जितेन्द्र राई, पालिकाका पार्टी सचिव प्रकाश राईलगायतले सम्बोधन गरेका थिए ।

सोही अवसरमा नेपाल तरुण दल वडा कार्यालयको समेत भ्याङ्ग महाभारतमा स्थापना गरिएको छ । यस अघि पालिका वडा नं. ८ मा पनि पार्टी कार्यालय स्थापना गरी उद्घाटन गरिएको वडा सभापति प्रकाश राईले जानकारी दिए ।

स्व. खेवा

जोखिमलाई मध्यनजर गर्दै सामान्य कार्यक्रम गरिएको हरिराज खेवा स्मृति प्रतिष्ठानले जनाएको छ । प्रतिष्ठानका उपाध्यक्ष तिलक राईको अध्यक्षतामा सञ्चालित कार्यक्रममा खेवा पत्नी प्रतिष्ठान कै संरक्षक तथा उपाध्यक्ष गीता खेवा, कोषाध्यक्ष ऋषिराम ढुंगाना, महासचिव भिमबहादुर लिम्बु, सदस्य सरिता बराईली, नेकपा एमाले माधव समूहका जिल्ला अध्यक्ष अर्जुन राई लगायतले स्व. खेवा प्रति श्रद्धाञ्जली अर्पण गरेका थिए । यसअघिका दिवसको अवसरमा प्रतिष्ठानले रक्तदान, विरामी हरूलाई फलफुल वितरण, पुस्तक विमोचनलगायतका कार्यक्रमहरू गर्दै आएको थियो ।

साताको क्लिक



सुनसान पूर्वको पर्यटकीयस्थल : पूर्वकै चर्चित पर्यटकीयस्थल भेडेटार विश्वव्यापी महामारीको रूप लिएको कोरोना भाईरसका कारण अहिले चहलपहल निकै कम हुनाले पहिलेभन्दा सुनसान देखिन्छ ।

ग्रामीण स्वास्थ्यसंस्थाहरूलाई पीपीई

धनकुटा समाचारदाता

धनकुटा । धनकुटाका ग्रामीण क्षेत्रहरूमा कोरोना संक्रमित बढ्दै गएपछि नेपाल नेत्रज्योती संघ धनकुटाले धनकुटाका ग्रामीण क्षेत्रका स्वास्थ्य संस्थाहरूका लागि पीपीई सेट प्रदान गरेको छ ।

संघका सल्लाहकार संविधान सभा सदस्य मनोहरनारायण श्रेष्ठ, शाखाका अध्यक्ष रोशेष श्रेष्ठ, कार्यकारी सदस्य तथा शिविर व्यवस्थापन समितिका संयोजक विजयसन्तोषी राई, आजिवन सदस्य दिनेश राईलगायतले वितरण गरेका छन् । सामग्री डाँडाबजार प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष तथा वडाध्यक्ष पलकबहादुर बस्नेत, मौनाबुधुक



स्वास्थ्य चौकीका व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष तथा वडाध्यक्ष दुर्गा सुवेदी, चौविसे गाउँपालिका वडा नं. ४ का वडाध्यक्ष जीवन तामाङलाई सेट प्रदान गरेका हुन् ।

संघले यसअघि पनि जिल्ला अस्पताल लगायत ग्रामीण क्षेत्रका स्वास्थ्य संस्थाहरूलाई पीपीई सेट प्रदान गरेको कार्यकारी सदस्य विजयसन्तोषी राईले बताए ।

महाभारतमा पार्टी उद्घाटन



धनकुटा । साँ गुरीगढी गाउँपालिका महाभारत भन्ज्याङ्गमा नेपाली कांग्रेसको वडा कार्यालय उद्घाटन गरिएको छ । सो अवसरमा आमन्त्रित केन्द्रीय सदस्य तथा संविधानसभा सदस्य मनोहरनारायण श्रेष्ठले अब कांग्रेस नयाँ ढंगबाट पार्टी संगठनमा लाग्ने बताए । कार्यक्रममा अन्य वक्ताहरूले जनतालाई कांग्रेसले परिवर्तनको

अनुभूति दिलाउन सक्रिय हुनु पर्नेमा जोड दिएका थिए । उनीहरूले पार्टीमा एकता हुनुपर्ने बताए ।

पार्टीका वडा नं. ७ का सभापति विष्णु राईको अध्यक्षतामा सम्पन्न कार्यक्रमको सञ्चालन सचिव देवेन्द्र राईले गरेका थिए ।

कार्यक्रमलाई पार्टीका जिल्ला सचिव विजयसन्तोषी राई, कोषाध्यक्ष बाँकी पेजमा

राजमुका नेताको निधन

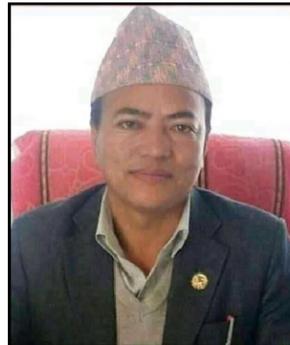
धनकुटा । राष्ट्रिय जनमुक्ति पार्टी धनकुटा का निवर्तमान अध्यक्ष हरि भक्त बान्तवा भुन्छिएको अवस्थामा मृत फेला परेका छन् ।

यलम्बर चोकमा बस्दै आएका बान्तवा गत साउन २९ गते विहान आफ्नै घर अघिको सानो रुखमा भुन्छिएको अवस्थामा फेला परेको पारिवारिक स्रोतले जानकारी दिए ।

८२ बर्षिय राईले आत्महत्या गरेको प्रहरीको प्रारम्भिक अनुमान रहेको जनाएको छ ।



स्व. खेवाको स्मृति दिवस



धनकुटा । पूर्व अर्थराज्यमन्त्री स्व. हरिराज खेवाको ५ औं स्मृति दिवस श्रद्धाञ्जली अर्पण गर्दै मनाईएको छ । यसअघि स्मृति दिवस बृहत् कार्यक्रम गर्दै मनाए पनि यो वर्ष कोरोना महामारीको बाँकी पेजमा

छथरजोरपाटीमा किसानलाई बाख्रा तथा बोका वितरण

नारायणकुमार राई

धनकुटा । छथर जोरपाटी गाउँपालिकाले स्थानीय किसानहरूलाई ५० वटा उन्नत जातको बाख्रा वितरण गरेका छन् ।

पालिकाले गत आर्थिक वर्ष २०७७/०७८ को असारमा वडा नं. ५ को सिर्जनशील बाख्रा पालन समूहका २५ जना किसानहरूलाई बाख्राको पाठापाटी र बीउ बोका उपलब्ध गराईएको थियो ।

पालिकाले साना तथा मझौला किसान लक्षित बाख्रा पकेट कार्यक्रम अन्तर्गत ७५ प्रतिशत अनुदानमा ति बाख्रा अनुदानमा दिएको हो ।

पालिकाले २ लाख ८३ हजार ४ सय बराबरको बाख्राको पाठापाटी र २ लाख ५० हजार रूपैया बराबरको एक उन्नत जातको बोका

वितरण गरेको छ ।

उक्त अनुदान गाउँपालिकाले जारी गरेको ३५ दिने सूचनाका अवधिमा परेका निवेदनहरू मध्येबाट छनौट गरेर अनुदान दिईएको पशुपन्थी शाखाका प्रमुख राजकुमार राईले जानकारी दिए ।

कृषि तथा पशुपन्थी विकास मन्त्रालयबाट आ.ब. ०७७/०७८ मा प्रदेश तथा स्थानीय तहमा सशर्त बित्तीय हस्तान्तरण मार्फत पठाईएका कार्यक्रमहरूको प्राविधिक कार्य सञ्चालन प्रक्रिया, रिपोर्टिङ तथा तथ्यांक व्यवस्थापन सम्बन्धि मार्गदर्शनमा आधारित कार्यविधि अनुसार छनौटमा परेका किसानहरूको समूहहरूलाई अनुदान उपलब्ध गराईएको शाखा प्रमुख राईले जानकारी दिए ।

छथर गाउँपालिकाको अनुरोध

विश्वभर महामारीको रूपमा फैलिरहेको नयाँ भेरियन्ट सहितको कोभिड-१९ संक्रमण पछिल्ला दिनहरूमा यस गाउँपालिका क्षेत्रमा तीव्र रूपमा वृद्धि भएकाले यस रोगबाट जोगिन सार्वजनिक स्थल वा कार्यालयमा जाँदा सजग भई अनिवार्य मास्कको प्रयोग गरौं । भौतिक दुरी कायम राखौं । सावुन पानीले मिचि-मिचि हात धुऔं वा सेनिटाइजर प्रयोग गरौं । कुनै स्वास्थ्य समस्या भए नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गरौं । कोरोनाबाट आफु पनि बचाउँ अरुलाई पनि बचाऔं । स्वास्थ्य नै धन हो ।

साथै हाल संक्रमित हुनु भएका महानुभावहरूको शीघ्र स्वास्थ्य लाभको कामना गर्दछौं ।

सन्तवीर लिम्बु
अध्यक्ष

लोचनप्रसाद दाहाल
प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत

तारा खरेल
उपाध्यक्ष



एवम् छथर गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
परिवार, तेहथुम

नागार्जुन नगरपालिकाको अनुरोध

विश्वभर महामारीको रूपमा फैलिरहेको नयाँ भेरियन्ट सहितको कोभिड-१९ संक्रमण पछिल्ला दिनहरूमा यस नगरपालिका क्षेत्रमा तीव्र रूपमा वृद्धि भएकाले यस रोगबाट जोगिन सार्वजनिक स्थल वा कार्यालयमा जाँदा सजग भई अनिवार्य मास्कको प्रयोग गरौं । भौतिक दुरी कायम राखौं । सावुन पानीले मिचि-मिचि हात धुऔं वा सेनिटाइजर प्रयोग गरौं । कुनै स्वास्थ्य समस्या भए नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गरौं । कोरोनाबाट आफु पनि बचाउँ अरुलाई पनि बचाऔं । स्वास्थ्य नै धन हो ।

साथै हाल संक्रमित हुनु भएका महानुभावहरूको शीघ्र स्वास्थ्य लाभको कामना गर्दछौं ।

मोहनबहादुर बस्नेत
प्रमुख

सुरेन्द्र थापामगर
प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत

शुशिला अधिकारी
उपप्रमुख



एवम् नागार्जुन नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
परिवार, काठमाडौं

निगाले सिमेन्ट
निगाले सिमेन्ट्स प्रा.ली.
सिपुवा, धनकुटा, नेपाल
बुध गीत कार्यालय नं. ५० के.जी.
व्यापारमा बनेको

ग्यारेन्टेड ओ.पी.सी. उपहार होईन गुणस्तर, सस्तो होईन मजबुत, विदेशी होईन स्वदेशी सिमेन्ट

सम्पूर्ण उपभोक्ता महानुभावहरू :

आधुनिक प्रविधि, दक्ष, अनुभवी, प्राविधिक टोली, उच्च गुणस्तरीय स्वदेशी चुनहुंजाको सविमश्रणबाट उत्पादित मजबुत, बलियो उच्च गुणस्तरीय सिमेन्ट नै हो ओ.पी.सी. निगाले सिमेन्ट ।

निगाले सिमेन्ट्स प्रा.लि. सिधुवा, धनकुटा, नेपाल (सम्पर्क:- ०२६-८०८०८५/८०८०८६)

निगाले सिमेन्ट
निगाले सिमेन्ट्स प्रा.ली.
सिपुवा, धनकुटा, नेपाल
बुध गीत कार्यालय नं. ५० के.जी.
व्यापारमा बनेको

प्रमुख व्यवस्थापक: चोपेश्वर श्रेष्ठ, प्रमुख समाचारदाता:-विदुर खवास, समाचारदाता:- कविराज धिमिरे, टेकेन्द्र ओम्का, कार्टून स्केज:- उमेशचन्द्र अधिकारी, सहयोगी:- नवीन राई, सुष्मा लम्जेल र जयन्द्र प्रधान, फोटोपत्रकार: विजयशेखर श्रेष्ठ, बजार व्यवस्थापक: मेघराज खतिवडा, कम्प्युटर:-साप्ताहिक डेस्कटप