पुष्करलालद्वारा प्रतिष्ठापित
नेपाल समाचारपत्र
राष्ट्रिय दैनिक
newsofnepal.com
सोमबार, भदौ १०, २०८१ | Monday, August 26, 2024 | नेसं ११४४, गुल्लागा ७ | वर्ष २९, अंक १९४ | पृष्ठ ८ | मूल्य रू १०/–

सावधान ! तेल कि मन्द विष ?

भवनाथ प्याकुरेल, काठमाडौं

तपाईंले शुद्ध तोरीको तेल सम्झिएर खाने तेल तोरीकै हो त ? बजारमा प्रतिलिटर २ सयदेखि ८ सयसम्म मूल्य राखेर बेच्न राखिएको सबै तेलमा शुद्ध तोरीको तेल भनेर लेखिएको पाइन्छ। तेललाई पेलेर निस्कने पदार्थ फरक हुन्छ र ?

नेपालका अधिकांश कम्पनीबाट प्याकेजिङ गरिएको तेलको प्याकेटमा कुन तत्वको को मात्रा कति छ भनेर कतिपयमा भने राखिएको देखिँदैन। यसले पनि तपाईंको भान्सामा दैनिक प्रयोग गरिने तेलभित्र मिसावट रहेको पुष्टि गर्छ। तेल अत्यावश्यक वस्तुभित्र परे पनि सरकारले बजारमा जथाभावी बिक्री हुने तेलको गुणस्तर परीक्षण नगर्नुका साथै मूल्य निर्धारण नहुँदा उपभोक्ता विषाक्त र उच्च मूल्य तिरेर कमसल तथा मिसावट तेल प्रयोग गर्न बाध्य छन्। मिसावटयुक्त तेलमा ट्रान्सफ्याट्टी एसिड अर्थात् हानिकारक चिल्लो पदार्थको मात्र अत्यधिक रहेको र यसले विभिन्न खाले दीर्घ रोग निम्ताउने विज्ञहरुले बताएका छन्।

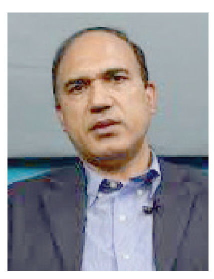
क्र.स.	तेलको नाम	मूल्य
१.	रानी	२००
२.	शान्ति	३६०
३.	धारा	३३०
४.	फेमिली	२३०
५.	पतञ्जली	३२५
६.	बिगुल	२२५
७.	र–ओरिजिन	८००
८.	सनफ्लो	२४२

खाद्य व्यवस्था तथा व्यापार कम्पनी लिमिटेलको वेबसाइटमा राखेको मूल्यअनुसार रानी नामको तोरीको तेल १ लिटरको २ सय रुपियाँ, शान्ति तोरीको तेल ३ सय ६० रुपियाँ रहेको छ। त्यसै गरी बजारमा धारा तोरीको तेल १ लिटर तेलको ३ सय ३०, फेमली तेलको २ सय ३०, पतञ्जली ३ सय २५, बिगुल २ सय २५ र र-ओरिजिन तोरीको तेल ८ सय रुपियाँ रहेको छ। यस्तै, प्रतिलिटर ४ सय र सोभन्दा माथि पर्ने तोरीको तेल पनि बजारमा पाइने गरेको छ। बजारमा एमआरपीभन्दा १० देखि ३० रुपियाँसम्म कमीमा समेत तेल बिक्री भइरहेको छ। जसले उपभोक्ता शुद्ध हो वा अशुद्ध के हो भन्ने दोधारमा पर्ने गरेको देखिन्छ। यस्तै, राजहंस भन्ने सनफ्लो तेल प्रतिलिटर २ सय ४२ पर्छ।

बजारमा किन्न जाँदा सूर्यमुखी तेलको सिसीमा ठूला-ठूला अक्षरले 'शतप्रतिशत कोलेस्ट्रोल फ्री' लेखेको देखेपछि यो नै स्वास्थ्यवर्द्धक रहेछ भन्ने उपभोक्तालाई लाग्न सक्छ। तर, भित्र कस्तो कस्तो पदार्थ मिसाएको छ भन्ने थाहा हुँदैन। यस्तै, प्रकारले ओलिभ, मकै, भटमास, नरिवल, बदामलगायतका तेलहरू पनि आकर्षक बोतलमा देख्न पाइन्छ, जसका कारण उपभोक्ता यो किन्ने कि त्यो किन्ने भनी अन्योलमा पर्छन्। तर, जुन किने पनि तेलमा मिसावट अत्यधिक भेटिन्छ। खाद्य प्रविधि तथा गुण नियन्त्रण विभागले तेलमा भएको मिसावट जाँच गर्नुपर्ने कानुनी अधिकार प्राप्त संस्था हो।

(क्रमशः पृष्ठ ५ मा)

क्यान्सरजस्तो प्राणघातक रोग लाग्न सक्न



प्रा.डा. ध्रुव गैरे
वीर अस्पताल

वाइल्स रेजिन नामक पदार्थ खाने तेलमा मिसाइएको हुन्छ। जुन जंगलमा पाइले विभिन्न वनस्पतिको चोपबाट तयार गरिन्छ। यस्ता पदार्थ तोरी, भटमास, सूर्यमुखी तेलमा मिसावट हुन सक्छ। यसले ग्यास्ट्रिक, पेट खराब, अपच, वाकवाक लाग्ने, मिर्गौलासँग सम्बन्धित रोग लाग्ने, कलेजोमा असर गर्दै जाने, पखाला लगाउनेजस्ता रोग लाग्न सक्छ।

यस्ता पदार्थको प्रयोग लामो समयसम्म गर्दा मिर्गौला फेल हुने, क्यान्सर हुन सक्ने पनि देखिन्छ। नसा झमझम गर्ने, हातखुट्टा निदाउने, रगत र नसा टाँसिएर मष्तिस्कघातसम्म हुने तथा हार्टअट्याक हुने, प्यारालाइसिस हुनेजस्ता रोग देखा पर्दछन्।

ट्रान्सफ्याट्टी एसिड सेवनले प्रत्येक वर्ष ५४ लाखको मृत्यु

काठमाडौं, (नेस)

विश्वमा औद्योगिक रूपमा उत्पादित ट्रान्सफ्याट्टी एसिडको सेवनका कारण प्रत्येक वर्ष ५४ लाख मानिसको मृत्यु हुने गरेको विश्व स्वास्थ्य संगठनले जनाएको छ। ट्रान्सफ्याटको अत्यधिक सेवनले मुटु तथा रक्तनलीसम्बन्धी रोगबाट हुने मृत्युको जोखिमलाई उल्लेखनीय रूपमा बढाउने पनि सो संगठनले जनाएको छ।

(क्रमशः पृष्ठ ५ मा)

डेडिकेटेड ट्रंक लाइन महसुल विवाद

सार्वजनिक लेखा समिति अनिर्णीत

जीवन शर्मा, काठमाडौं

लामो समयदेखि विवादमा रहेको डेडिकेटेड ट्रंक लाइन महसुल असुल गर्ने विषयमा सार्वजनिक लेखा समितिमा विवाद चर्किएसँगै लेखा समिति अनिर्णीत बनेको छ। समितिको आइतबारको बैठकमा लेखा समिति सभापति ऋषिकेश पोखरेल र सांसदहरूका बीचमा नोकझोक भएपछि सभापति पोखरेल निर्णय गर्न असफल हुनुभएको हो।

छलफलपछि निर्णय गर्ने बेलामा केही सांसद र सभापतिका बीचमा विवाद चर्किएको थियो। सभापति र सांसदहरूबीच विवाद भएपछि समितिले डेडिकेटेड ट्रंक लाइन महसुल बक्यौताका विषयमा निर्णय लिन नसकेको समितिका सदस्य अर्जुननरसिंह केसीले बताउनुभयो। 'समितिमा परेका उजुरी अख्तियार नपठाई पहिले समितिमै छलफल गरौं अनि निष्कर्षमा पुगौं भन्ने मेरो राय थियो', केसीले भन्नुभयो- 'कांग्रेसले बक्यौता उठाउने निर्णयबाहेक अरू निर्णयमा सहमति जनाउन सक्दैन। राज्यको यत्रो नोक्सानी हुने विषयमा जिम्मेवार हुनुपर्ने समिति नै प्राधिकरणका कार्यकारीमाथि कारबाही गर्ने मनसायका साथ समितिमा आएका उजुरी आफूले नहेरी अख्तियारमा किन पठाउने ?' केसीको प्रश्नप्रति सत्ता पक्ष र प्रतिपक्षका सांसदहरूले सहमति जनाए।

आफूले राखेको प्रस्तावमा अधिकांश सांसदहरूले असहमति जनाएपछि सभापति पोखरेलले सांसहरूमाथि नै आक्रोश व्यक्त गर्नुभयो। पोखरेलले अधिल्लोपटक गठन भएको मीनेन्द्र रिजालको समितिको प्रतिवेदन कार्यान्वयनदेखि महालेखा परीक्षकको २१औं प्रतिवेदनले औंल्याएको २१ अर्बमात्रै असुल गर्ने निर्देशन दिने तयारीमा हुनुहुन्थ्यो।

(क्रमशः पृष्ठ ५ मा)

सशस्त्रमा पनि ३० वर्षे सेवा अवधि हटाउन माग

डीआईजीसहित १२ जनाले दिए रिट निवेदन

काठमाडौं, (नेस)

नेपाल प्रहरीमा रहेको ३० वर्षे सेवा अवधि हटाउन सर्वोच्च अदालतले आदेश दिएपछि सशस्त्र प्रहरी बलमा पनि सोही नियम लागू हुनुपर्ने माग गर्दै एपीएफका एक डीआईजीसहित १२ जनाले रिट निवेदन दिएका छन्।

यही भदौ १६ गतेदेखि ३० वर्षे सेवा अवधिका कारण अवकासमा जान लागेका डीआईजी अभिकुमार खत्रीसहित १२ जनाले रिट दायर गरेको सर्वोच्च अदालतले जानकारी दिएको छ।

अदालतले उक्त रिटको सुनुवाइ भोलि मंगलबार हुने भएको छ। सर्वोच्च अदालतले नेपाल प्रहरीमा ३० वर्षे सेवा अवधि हटाउन अदालतले आदेश दिएपछि संघीय सरकारलाई संघीय प्रहरी ऐन ल्याउन दबाब परेको छ।

(क्रमशः पृष्ठ ५ मा)

पहिरोमा परी ६ जनाको मृत्यु

६० घर जोखिममा

डोरशंकर बरुवाल, रामेछाप

रामेछापको दोरम्बा शैलुङ गाउँपालिका-३ लेखखर्कमा पहिरोले बस्ती बगाउँदा ६ जनाको मृत्यु भएको छ। पहिरोमा परी ४ जना अझै बेपत्ता रहेका छन्।

शनिबार राति करिब ११:४५ बजेको समयमा गाउँभन्दा माथिबाट खसेको पहिरोले लेखखर्कका ६ वटा घरलाई क्षति गरेको थियो। पहिरोमा परी ११ जना बेपत्ता भएकामध्ये ६ जनाको शव निकालिएको छ भने १ जनाको जीवितै उद्धार गरिएको थियो। ४ जना अझै बेपत्ता रहेको रामेछापका प्रहरी प्रवक्ता तथा प्रहरी निरीक्षक कौशल न्यौपानेले बताउनुभयो।

(क्रमशः पृष्ठ ५ मा)

भू-क्षय न्यूनीकरणका उपाय

- वस्तीको माथिल्लो भागमा कुलो बनाई पानीको उचित निकास दिऔं,
- घरभित्र वा वरिपरिको जमिन चिरा परेको भए सुरक्षित स्थानमा बसौं,
- नदी वा खोलामा बाढी आएमा तल्लो भागमा बस्ने जनसमुदायलाई सूचना दिऔं,
- जमिन चिरा परेको स्थानलाई पुरौं र सजगता अपनाऔं,
- भौगोलिक अवस्था विचार गरेर मात्र बाटो, कुलो वा नहर जस्ता संरचना बनाऔं,
- जथाभावी डोजर/स्काभेटर प्रयोग नगरौं,
- विकास गर्दा विनास ननिम्त्याऔं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

सार्वजनिक सेवामा राष्ट्रिय परिचयपत्र अनिवार्य नगर्न अन्तरिम आदेश

काठमाडौं, (नेस)

सर्वोच्च अदालतले सरकारले दिने सबै प्रकारका सार्वजनिक सेवामा राष्ट्रिय परिचयपत्र अनिवार्य गर्ने सरकारको निर्णय तत्कालका लागि कार्यान्वयन नगर्न अन्तरिम आदेश दिएको छ।

न्यायाधीशहरू डा. मनोजकुमार शर्मा र तिलप्रसाद श्रेष्ठको इजलासले सामाजिक सुरक्षा भत्ताका लागि राष्ट्रिय परिचयपत्र अनिवार्य गर्ने सरकारको निर्णय तत्कालका लागि कार्यान्वयन नगर्न आदेश दिएको हो। मुद्दाको अन्तिम किनारा नलागेसम्मका राष्ट्रिय परिचयपत्र आवश्यक पर्ने विषय कार्यान्वयन नगर्न यो आदेश दिएको सर्वोच्चले जनाएको छ।

सामाजिक सुरक्षा भत्तासहित सार्वजनिक सेवा लिनका लागि नागरिकता हुँदाहुँदै राष्ट्रिय परिचयपत्रलाई अनिवार्य गरेपछि सर्वसाधारण त्यसमाथि ज्येष्ठ नागरिकलाई राष्ट्रिय परिचयपत्र लिन कठिनाइ भइरहेको स्थितिमा सर्वोच्चको सो आदेश आएको छ। यसअघि असार ३० गते सर्वोच्चले सरकारको नाउँमा कारण देखाउ आदेश जारी गरेको थियो।

राष्ट्रिय परिचयपत्र जारी गर्न सरकारले ढिलाइ गरिरहेको र त्यसलाई अनिवार्य गर्दा कैयौं ज्येष्ठ नागरिकहरू सामाजिक सुरक्षा भत्ताबाट वञ्चित हुने भन्दै अधिवक्ता रामबहादुर राउतलगायतले सर्वोच्च अदालतमा गत असार २८ गते रिट निवेदन दर्ता गरेका थिए। वर्षा र बाढी पहिरोको समय, यातायातका साधन नचल्ने, पहाडी र दुर्गम क्षेत्रका वृद्धवृद्धाहरू राष्ट्रिय परिचय पत्र बनाउन जिल्ला सदरमुकाम र इलाका प्रशासन कार्यालय आउन असम्भव भएको र यसले ठूलो संख्यामा वृद्धवृद्धा सामाजिक सुरक्षा भत्ताबाट वञ्चित हुने देखिएको भन्दै सो रिट दायर गरिएको थियो।

राष्ट्रिय परिचयपत्र बनाउँदा आफैं उपस्थित भई बायोमेट्रिक गर्नुपर्ने हुन्छ। धेरै वृद्धवृद्धाहरू रोगी, हिँडडुल गर्न नसक्ने, एकलसमेत हुने गरेका, छोराछोरी विदेश वा सहरमा पनि हुने हुँदा घरमा वृद्धवृद्धामात्रै बसोबास गर्ने हुनाले जिल्ला प्रशासन कार्यालय वा इलाका प्रशासन कार्यालयमा जान सम्भव नभएको रिटमा भनी भनिएको छ।

राष्ट्रिय राजमार्गको दुर्दशा

एक किमि क्षेत्रमा १४ ठाउँमा पहिरो

- जुनसुकै बेला ठूलो दुर्घटना हुन सक्ने
- चक्रपथ सुधार आयोजनाले वास्ता गरेन
- दैनिक सवारीसाधन सञ्चालन, निरन्तर पहिरो

ईश्वरराज ढकाल, काठमाडौं

दैनिक सयौं सवारीसाधन आवतजावत हुने राष्ट्रिय राजमार्गको एक किलोमिटर क्षेत्रमा १४ ठाउँमा पहिरो गएको छ। आदिनाथ मन्दिर प्रवेश गर्ने सेतो ढोकादेखि चोभार डाँडासम्मको राष्ट्रिय राजमार्गको उक्त क्षेत्रमा विभिन्न स्थानमा व्यापक रूपमा पहिरो गएको छ। सो क्षेत्रमा पानी पर्दा दैनिकजसो पहिरो जाने गरेको छ। पहिरोका कारण सवारीसाधन आवागमनमा गम्भीर समस्या परेको छ। सो क्षेत्रमा झन्डै ६ स्थानमा ठूला र ८ स्थानमा साना पहिरो गएको हो।

चक्रपथ सुधार आयोजनाको कार्यक्षेत्रभित्र पर्ने सेतो ढोका-चोभार खण्डको सडकमा आयोजना कार्यालयले पहिरो नियन्त्रण गर्न खासै चासो देखाएको छैन। सडकमा पहिरो जाँदा सडक डिभिजन कार्यालय काठमाडौंले पहिरो पन्छाउने गरेको छ। हाम्रो कार्यक्षेत्रभित्र नपरे पनि पहिरो पन्छाउने काम सडक डिभिजन कार्यालयले जारी राखेको छ। सो क्षेत्रमा घाम लाग्दा सुख्खा र पानी पर्दा लेदोसहितको पहिरो जाने गरेको छ।

डिभिजन सडक कार्यालय काठमाडौंका सूचना अधिकारी महानन्द जोशीले सो सडक क्षेत्रको पहिरो पन्छाउने काम काठमाडौं सडक डिभिजन कार्यालयले गर्ने गरेको जानकारी दिनुभयो। उहाँले भन्नुभयो- 'हाम्रो कार्यक्षेत्रभित्र नपरे पनि कीर्तिपुर नगरपालिकाको सहयोग र आग्रहमा पहिरो पन्छाउन हाम्रै कार्यालयका कर्मचारी परिचालन गरेका छौं।'

(क्रमशः पृष्ठ ५ मा)

नेपाल समाचारपत्र

लोकसेवा परीक्षाको तयारी सामग्री

ताराप्रसाद ओली
सहायक न्यायाधिवक्ता (शाखा अधिकृत)
महान्यायाधिवक्ताको कार्यालय

वस्तुगत प्रश्नोत्तर

१. मिस्टर नेपाल-२०२४ को उपाधिविजेता को हुन् ?
- सन्तोष लोक्सम

२. संघीय मामिला तथा सामान्य प्रशासन मन्त्रालयले सार्वजनिक गरेको स्थानीय तहको संस्थागत क्षमता स्वमूल्यांकन गुणस्तर परीक्षण २०७९/०८० प्रतिवेदनका अनुसार प्रथम स्थानीय तह कुन हो ?
- धादिङको बेनिघाट रोराङ गाउँपालिका

३. सार्क साहित्य पुरस्कार-२०२३ कसलाई प्रदान गरियो ?
- बङ्गबन्धु शेख मुजिबुर रहमान

४. चौथो नेपाल जीवनस्तर सर्वेक्षणका अनुसार नेपाली घर-परिवारको औसत वार्षिक आम्दानी कति रहेको छ ?
- ५ लाख ५१ हजार १ सय ४८ रुपियाँ

५. वैरागदेखि बचावसम्म पुस्तकका लेखक को हुन् ?
- डा. सीके राउत

६. टिकटकमाथि लगाइएको प्रतिबन्ध नेपाल सरकारले कहिले फुकुवा गरेको हो ?
- २०८१ साल भदौ ६ (२०८० साल कात्तिक २७ मा प्रतिबन्ध लगाइएको)

७. सिरिजात पर्व कुन समुदायले मनाउँछन् ?
- धिमाल

८. जलवायु क्लब कार्यान्वयनमा ल्याउने अन्तर्राष्ट्रिय निकाय कुन हो ?
- जी-७

९. सभापोखरी कुन जिल्लामा पर्दछ ?
- -संखुवासभा

१०. फ्युचर फर नेचर अवार्ड २०२४ बाट सम्मानीत हुने नेपाली को हुन् ?
- रिन्जिन फुन्जोक लामा

११. नेपालका चार धाम भन्नाले कुन-कुन धार्मिक क्षेत्रलाई बुझाउँछ ?
- बराह क्षेत्र, मुक्ति क्षेत्र, रूरू क्षेत्र र हरिहर क्षेत्र

१२. ग्लोबल पोजिसनिङ सिस्टम (जीपीएस) को शुरूआत कुन देशबाट भएको हो ?
- अमेरिका

१३. लियोनार्दो दा भिन्चीको चर्चित चित्र मोना लिसा कुन संग्रहालयबाट चोरी भएको थियो ?
- लुभ्र संग्रहालय

१४. भारतको संविधानको धारा ३४४ (१) ले नेपाली भाषालाई आठौं अनुसूचीमा कहिले समावेश गरेको हो ?
- सन् १९९२ अगस्ट २०

१५. द बेस्ट बैंक इन एसेट्स क्वालिटी अवार्ड प्राप्त गर्ने बैंक कुन हो ?
- गरिमा विकास बैंक लिमिटेड

विषयगत प्रश्नोत्तर

१. लैंगिक उत्तरदायी बजेटका मान्यताहरू उल्लेख गर्दै नेपालमा लैंगिक उत्तरदायी बजेटको प्रभावकारी कार्यान्वयनका लागि गरिएका प्रयासहरूको चर्चा गर्नुहोस्।

पृष्ठभूमि
- लैङ्गिक समानताका लागि बजेटको सुनिश्चितता, बजेटका सबै प्रक्रियामा लैङ्गिक मूलप्रवाहीकरण र उपलब्धिको समतामूलक वितरणको साथै उपभोगको लागि लैङ्गिक विश्लेषण सहित योजनाबद्ध रूपमा उद्देश्यमूलक कार्यक्रमहरू तर्जुमा र प्राथमिकीकरण गर्दै कार्यक्रम छनोट गरी लगानी गर्ने पद्धतिलैङ्गिक उत्तरदायी बजेट हो।
- लैंगिक उत्तरदायी बजेटले महिला-पुरुषबीचका जिम्मेवारी, परिणाम, असमानता र विभेदलाई आधार मानेर विश्लेषण गरी कार्यक्रममा उपलब्धि र प्रभावलाई लैंगिक आँखाले मूल्यांकन गर्छ ।

लैंगिक उत्तरदायी बजेटका मान्यताहरु
- लैङ्गिक उत्तरदायी बजेट महिलाका लागि छुट्टै बजेट नभई बजेटका सबै उपलब्धिमा महिला/पुरुषको सन्तुलित सहभागिता र लाभ खोज्ने प्रक्रिया हो।
- लैङ्गिक उत्तरदायी बजेटले लैङ्गिक समानताको नीति एवं समष्टिगत आर्थिक नीतिका बीच सम्बन्ध स्थापित गर्दछ।
- लैङ्गिक उत्तरदायी बजेट प्रक्रियाले महिला र पुरुषमा बजेटले पार्ने प्रभावको विश्लेषण गर्नुको साथै बजेट तर्जुमा गर्दा लैङ्गिक पक्षको समायोजनको सुनिश्चितता गर्दछ।
- लैङ्गिक उत्तरदायी बजेटले लैङ्गिक मूल प्रवाहीकरणलाई बढी अर्थपूर्ण बनाउँछ।
- विकासका विभिन्न साझेदारहरूको लगानीलाई लैङ्गिक समानताको परिणामतर्फ डोर्‍याउन लैङ्गिक उत्तरदायी बजेट उपयोगी हुन्छ।
- लैङ्गिक उत्तरदायी बजेटले लैङ्गिक वभेदको अन्त्य गर्दै सन्तुलित र समुन्नत समाज निर्माण गरी राज्यको लोक कल्याणकारी अवधारणालाई मूर्त रूप दिन सहयोग पुर्‍याउँदछ।
- लैंगिक असमानता सूचकाक्रमा सुधार ल्याई लैङ्गिक मूलप्रवाहीकरण कायम राख्दछ।
- लैङ्गिक हिंसाविरुद्ध शून्य सहनशीलताको नीति लिने राज्यको कार्यलाई प्रभावकारी बनाउन मद्दत गर्दछ।
- हरेक क्षेत्रमा महिलालाई आर्थिक आत्मनिर्भरता क्षमता विकास र महिला अधिकारसम्बन्धी सबैको सरोकार रहने वातावरण निर्माण गर्दछ।

लैंगिक उत्तरदायी बजेटको प्रभावकारी कार्यान्वयनका लागि गरिएका प्रयासहरु :
- लैङ्गिक उत्तरदायी बजेट प्रणालीलाई संस्थागत गर्न प्रयास गरिएको
- लैङ्गिक उत्तरदायी बजेट प्रणाली स्थानीयस्तरसम्म विस्तार गरिएको
- लैङ्गिक उत्तरदायी बजेट वर्गीकरण प्रणालीलाई व्यवस्थित गर्न थालिएको
- प्रणालीलाई क्षेत्रगत बजेट सूचना प्रणाली (लाइन मिनिस्ट्री बजेट म्यानेजमेन्ट इनफरमेसन सिस्टम) मा आवद्ध गरिएको
- सबै क्षेत्रगत कार्यक्रममा लैङ्गिक उत्तरदायी बजेट विधि अवलम्बन गरिएको
- लैङ्गिक उत्तरदायी बजेटको मूल्याक्रन प्रणालीलाई प्रभावकारी बनाउने प्रयास शुरु गरिएको
- लैङ्गिक उत्तरदायी बजेटले परिकल्पना गरेका नतिजा र प्रभावको अभिलेख अद्यावधिक गर्नेतर्फ प्रयास शुरु भएको
- लैङ्गिक उत्तरदायी बजेटको विषयमा सचेतना वृद्धि गर्न थालिएको
- सरकारी कर्मचारीहरूमा लैङ्गिक उत्तरदायी बजेटसम्बन्धी ज्ञान र सीपको विकास गर्न समय समयमा अल्पकालीन तालिम प्रदान गरिएको
- खर्चको विष्लेषणको शुरुआत भएको
- लैङ्गिक उत्तरदायी बजेटको प्रभावकारी कार्यान्वयन गरी लक्षित वर्गसम्म यसबाट हुने फाइदाको अनुभूति गराउनेतर्फ प्रयास शुरु भएको
- उत्तरदायी बजेट प्रविधिलाई सशक्त गर्दै लैङ्गिक समानताका उदेश्य अनुरूप कार्य भएको
- लैङ्गिक उत्तरदायी बजेटको आकार वृद्धि हुँदै गएको
- स्थानीय निकाय, लैङ्गिक उत्तरदायी तथा सामाजिक समावेशी बजेट तर्जुमा एवं परीक्षण, दिग्दर्शन लागू गरिएको
- लैङ्गिक उत्तरदायी बजेट स्थानीयकरण रणनीति-२०७२ जारी गरी लागू गरिएको
- महिलाको मूलभूत तथा समान अधिकार सुनिश्चित गर्दै लैङ्गिक रूपले समावेशी र समतामूलक राष्ट्र निर्माण गर्नेतर्फ कार्य भएको
- लैङ्गिक उत्तरदायी बजेट तर्जुमा दिग्दर्शनजारी गरी लागू भएको
- लैङ्गिक उत्तरदायी बजेट समितिको बैठक समय समयमा बसी नीतिगत निर्णय गर्ने गरेको
- अर्थ मन्त्रालयमा केन्द्रीय लैङ्गिक उत्तरदायी बजेट समिति गठन भएको
- क्षेत्रगत मन्त्रालयहरूमा लैङ्गिक सम्पर्क बिन्दु (जेन्डर फोकल पोइन्ट) को व्यवस्था गरिएको
- जीआरबी का सूचकहरू परिमार्जन गरिएको
- अवधारणागत स्पष्टताका लागि तालिम, छलफल, गोष्ठीको आयोजना गरिएको

निष्कर्ष

लैंगिक उत्तरदायी बजेट समतामूलक समाज निर्माणका लागि स्रोत रणनीति हो । सुशासन संयन्त्रका रूपमा यसले लैंगिकमैत्री योजना निर्माण, कार्यक्रम र उपलब्धिको माध्यमबाट जेन्डर ग्यापलाई पूरा गर्छ ।

२. सार्वजनिक खरिद ऐन-२०६३ अनुसार बोलपत्रदाता र प्रस्तावदाताका आचरणहरू उल्लेख गर्दै कालोसूचीमा राख्न सकिने अवस्थाहरू लेख्नुहोस्।

पृष्ठभूमि
- सार्वजनिक खरिद प्रक्रियामा प्रतिस्पर्धा, स्वच्छता, इमानदारीता, जवाफदेहिता र विश्वसनीयता प्रवर्द्धन गर्न बोलपत्रदाता तथा प्रस्तावदाताहरुले तोकिएका आचरणहरु पालना गर्न जरुरी रहेको छ।

बोलपत्रदाता र प्रस्तावदाताका आचरणहरु
- प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष रूपमा अनुचित प्रलोभन दिन वा सोको प्रस्ताव गर्न नहुने
- तथ्य बंग्याई वा झुक्याई पेस गर्न नहुने
- भ्रष्टाचारजन्य वा जालसाजीपूर्ण कार्य गर्न वा त्यस्तो कार्यमा संलग्न हुन नहुने
- बोलपत्र वा प्रस्ताव सम्बन्धी काम कारबाहीमा कुनै किसिमले संलग्न हुने अन्य प्रतिस्पर्धी बोलपत्रदाता वा प्रस्तावदाताको सहभागितामा हस्तक्षेप गर्न नहुने
- खरिद कारबाहीमा संलग्न कुनै व्यक्तिको जीउ-ज्यान वा सम्पत्ति नोक्सान गर्ने प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष धम्की दिने कार्य वा करकापजन्य कार्य गर्न नुहने
- खुला तथा स्वतन्त्र प्रतिस्पर्धाको लाभबाट वञ्चित गर्ने उद्देश्यले बोलपत्र वा प्रस्ताव पेस गर्नुभन्दा अघि वा पछि मिलेमतो गर्न वा गुटबन्दीमा संलग्न हुन नहुने
- बोलपत्र वा प्रस्तावका सम्बन्धमा प्रभाव पार्ने उद्देश्यले सार्वजनिक निकायसँग सम्पर्क गर्न वा बोलपत्रको परीक्षण र मूल्याक्रनमा वा प्रस्तावको मूल्याक्रनमा कुनै किसिमले प्रभाव पार्ने कार्य गर्न नहुने

कालोसूचीमा राख्न सकिने अवस्था
- तोकिएको आचरण विपरीत काम गरेको प्रमाणित भएमा
- छनोट भएको बोलपत्रदाता वा प्रस्तावदाता सम्झौता गर्न नआएमा
- खरिद सम्झौता कार्यान्वयन गर्दा सारभूत त्रुटि गरेको देखिएमा
- सम्झौता अनुरूपको दायित्व सारभूत रूपमा पालना नगरेमा
- सम्झौता बमोजिमको गुणस्तरको काम नभएको कुरा पछि प्रमाणित भएमा
- खरिद सम्झौतामा भाग लिन अयोग्य ठहरिने कुनै फौजदारी कसूरमा अदालतबाट दोषी ठहरिएमा
- योग्यता ढाँटी वा झुक्यानमा पारी खरिद सम्झौता गरेको कुरा प्रमाणित हुन आएमा
- तोकिए बमोजिमको अन्य कुनै अवस्थामा

निष्कर्ष

सार्वजनिक खरिद सम्बन्धी कानुनी व्यवस्था, कार्यविधि तथा प्रक्रियाको परिपालना गरी खरिद काम-कारबाहीलाई खुला, पारदर्शी, वस्तुनिष्ठ र विश्वसनीय बनाउन जरुरी रहेको छ।

३. मानवअधिकारका आधारभूत पक्षहरू के-के हुन् ? मानवअधिकारप्रति राज्यको दायित्व उल्लेख गर्दै लोकतन्त्र र मानवअधिकारको सम्बन्ध प्रकाश पार्नुहोस्।

पृष्ठभूमि
- व्यक्तिको जीवन, स्वतन्त्रता, समानता र मर्यादासँग सम्बन्धित संविधान, प्रचलित अन्य कानुन एवं नेपाल पक्ष राष्ट्र भएका अन्तर्राष्ट्रिय सन्धिमा निहित अधिकारलाई मानव अधिकार भनिन्छ।
- जनप्रतिनिधिमूलक संस्थाद्वारा जनचाहना अनुरूप निर्मित विधि, नीति र कानुन बमोजिम जननिर्वाचित सरकारले शासन सञ्चालन गर्ने व्यवस्था नै लोकतन्त्र हो।

मानव अधिकारका आधारभूत पक्षहरु

संयुक्त र ट्रसंघको विश्वव्यापी घोषणापत्र र अन्तर्राष्ट्रिय मानव अधिकारका दस्तावेजहरुले आफ्नो प्रस्तावनामा उल्लेख वा संकेत गरेका वस्तुगत कुराहरु नै मानव अधिकारका आधारभूत पक्षहरु हुन्। जुन निम्नानुसार छन् :-
- आत्मनिर्णयको अधिकार
- भय र अभावबाट मुक्तिको अधिकार
- कानुनको शासन
- राष्ट्रियताको अधिकार
- शान्तिको अधिकार
- वाक स्वतन्त्रता र आस्थामा सम्मान
- राजनीतिक, आर्थिक, सामाजिक, सांस्कृतिक अधिकार
- यातना भेदभाव र शोषणविरुद्धको अधिकार
- गोपनीयताको हकको स्वतन्त्रता
- समानताको हक र बृहत्तर स्वतन्त्रता
- वाक तथा आस्थाको स्वतन्त्रता
- पुरुष तथा महिलाको समान अधिकार
- विश्वव्यापकता तथा अविभाज्यता
- कानुनको शासन

मानवअधिकारप्रति राज्यको दायित्व
- सम्मान गर्ने दायित्व :- मानव अधिकारप्रति सम्मान गर्दै ती अधिकारको उपभोगमा हस्तक्षेप नगर्ने
- संरक्षण गर्ने दायित्व :- नागरिकहरुका लागि मानवअधिकारको निर्बाध उपभोगको सुनिश्चतता गर्दै प्रभावकारी नियमन तथा उपचारविधि मार्फत ती अधिकारको उपभोगमा हस्तक्षेप गर्न नदिने कुराको सुनिश्चितता
- प्रवर्द्धन गर्ने दायित्व :- मानव अधिकारको उपभोगको पहुँचलाई सहज बनाउने तथा मानव अधिकारको बारेमा जनतालाई सुसूचित, सचेत वा सजग गराउने
- पुरा गर्ने दायित्व :- मानवअधिकारसम्बन्धी कानुनी व्यवस्थाहरु एवं नीति तथा नियमहरु र कार्ययोजनाहरु तर्जुमा गरी त्यसलाई प्रभावकारी कार्यान्वयन गर्ने तथा मानवअधिकार संरक्षणका संयन्त्रहरु निर्माण गर्ने

लोकतन्त्र र मानवअधिकारको सम्बन्ध
- लोकतान्त्रिक शासन प्रणालीमा मानवअधिकारसँग सम्बन्धित विषयहरुलाई संवैधानिक र कानुनी रूपमा संरक्षण गरिने
- लोकतान्त्रिक शासन प्रणाली अवलम्बन गरिएको मुलुको मानवअधिकारको सम्मान, संरक्षण र पुरिपूर्ति गर्ने दायित्व राज्यको हुने
- लोकतन्त्रमा राज्यका अधिकारीद्वारा प्रचलित कानुनको कार्यान्वयन गर्दा तथा परिपालना गराउँदा मानवअधिकारप्रति संवेदनशील रहने
- लोकतान्त्रिक मुलुकमा मानवअधिकारको संरक्षण, सम्वर्द्ध र प्रवर्द्धन गर्ने प्रयोजनका लागि पेरिस सिद्धान्त बमोजिम तथा स्वायत्त निष्पक्ष, सक्षम तथा अधिकारसम्पन्न अलग्गै निकायको व्यवस्था गरिने
- मानवअधिकारका विषयहरुको कार्यान्वयनले लोकतान्त्रिक संस्थागत विकास तथा सुदृढीकरणमा योगदान पुग्ने
- लोकतन्त्रमा मानव अधिकारको उल्लंघन दण्डनीय हुने, मानवअधिकारको उल्लंघनमा न्याय र क्षतिपूर्तिको सुनिश्चितता हुने

निष्कर्ष

विश्वव्यापी कानुनद्वारा संरक्षित मानवअधिकारको उल्लंघन गर्न वा व्यक्तिको अधिकारमा हस्तक्षेप गर्न नपाइने तथा कसैद्वारा उल्लंघन भएमा संरक्षण गर्ने व्यवस्था समेत गरिएको हुन्छ, लोकतान्त्रिक शासन व्यवस्थामा मानवअधिकारको संरक्षण, संवर्द्धन र प्रवर्द्धन गरिएको हुन्छ।

४. निक्षेपका प्रकार तथा विशेषताहरूबारे चर्चा गर्नुहोस्।

पृष्ठभूमि
- मागेको बखत फिर्ता दिने शर्तमा अर्थतन्त्रको वचत इकाइबाट ब्याज वा बिनाब्याजमा बैंक तथा वित्तीय संस्थाले चल्ती, वचत तथा मुद्दती खाता मार्फत संकलन गरिएको रकमलाई निक्षेप भनिन्छ। निक्षेप बैंक तथा वित्तीय संस्थाका लागि दायित्व हो भने ग्राहकका लागि सम्पत्ति हो।
- बैंक तथा वित्तीय संस्था सम्बन्धी ऐन २०७३ अनुसार 'निक्षेप भन्नाले ब्याज वा बिनाब्याज दिने गरी बैंक वा वित्तीय संस्थाको चल्ती वचत वा मुद्दती खातामा ग्राहक मार्फत जम्मा भएको रकम सम्झनुपर्छ र सो शब्दले राष्ट्र बैंकले समय समयमा निर्धारण गरे बमोजिम बैंक वा वित्तीय संस्थाले विभिन्न बैंकिङ तथा वित्तीय उपकरणको माध्यमबाट स्वीकार गरेको रकम समेतलाई जनाउँछ।'

निक्षेपका प्रकार तथा विशेषताहरु

(क) चल्ती निक्षेप:- चाहेको बखत जहिले पनि झिक्न पाउने गरी जम्मा गरिने निक्षेप।
- रकम जम्मा गर्न सीमा नरहेको
- बिनाब्याजको निक्षेप
- कानुनी व्यक्ति, संघ-सस्थाहरुका लागि
- बैंक वित्तीय संस्थाका लागि न्यून लागत तर उच्च तरलताको जोखिम
- अधिक तरलता भएको समयमा बढी उपयोगी

(ख) वचत:- सामान्य ब्याजदर दिने गरी अर्थतन्त्रमा स-सानो मात्रामा व्यक्तिको स्वामित्वमा रहेको वचत संकलन गर्न निमार्ण गरिएको सेवा
- प्राकृतिक व्यक्तिहरुका लागि
- स-सानो मात्रामा वचत
- मध्यम दरको ब्याजदर
- बैंक तथा वित्तीय संस्थाका लागि कोर निक्षेप
- ग्राहक संख्या धेरै
- चल्तीमा भन्दा लागत बढी
- तरलता जोखिम न्यून

(ग) मुद्दती निक्षेप:- निश्चित समयसम्म सामान्यतया झिक्न नपाउने तथा अन्य निक्षेप भन्दा उच्च ब्याजदर दिने गरी संकलन गरिने निक्षेप
- प्राकृतिक तथा कानुनी व्यक्ति सबैका लागि
- उच्च ब्याजदर
- बैंक वित्तीय संस्थाका लागि उच्च लागत
- न्यून तरलता भएको समयमा बढी उपयोगी
- तोकिएको समयसम्म फिर्ता गर्नु नपर्ने

(घ) कल निक्षेप:- केही चल्ती खाताका र केही वचत खाताका विशेषताहरु समेटिएको निक्षेप कल निक्षेप हो।
- न्यून ब्याजदर
- चल्ती खाता जस्तै कानुनी व्यक्ति तथा संस्थाहरुका लागि
- तरलता जोखिम उच्च
- बैंक वित्तीय संस्थाका लागि मध्यम लागत

निष्कर्ष

निक्षेप सकलन गर्दा लागत प्रभावकारिता, विविधीकरण, कानुनी पालना, निरन्तरता, दिगोपना जस्ता पक्षहरलाई मध्यनजर गर्दै माथि उल्लेखित निक्षेप सेवा मार्फत निक्षेप संकलन गर्नुपर्दछ। निक्षेप आधारभूत र व्युतपन्न दुवै हुने गर्दछ। साख सिर्जनाको लगानीबाट लगानीयोग्य निक्षेप निर्माण हुने निक्षेप लाई व्युत्पन्न निक्षेपका रूपमा लिइन्छ।

५. विकासमा नागरिक संलग्नता प्रवर्द्धन गर्न गरिएका व्यवस्थाहरू उल्लेख गर्दै नागरिकता सहभागीता अभिवृद्धि गर्न के-कस्ता उपायहरू अपनाउन सकिन्छ व्यावहारिक सुझावहरू प्रस्तुत गर्नुहोस्।

पृष्ठभूमि
- नागरिकको सक्रिय सहभागिता, स्वामित्व र अपनत्व बिना कुनै पनि विकासका प्रयासहरु सफल र दिगो हुन सक्दैनन्।
- नागरिक संलग्नताले विकासको प्रभावकारिता, गुणस्तर र दिगोपना बढाउँछ, सरकारलाई नवप्रवर्तक बन्न सघाउँछ ।

विद्यमान व्यवस्थाहरु
- संविधानको प्रस्तावनामा सहभागीतामूलक सिद्धान्तलाई स्वीकार गरिएको
- राज्यका नीतिअन्तर्गत विकास निर्माणको प्रक्रियामा स्थानीय जनसहभागीता अभिवृद्धि गर्ने व्यवस्था गरिएको
- संविधानको धारा ४८ मा राज्यले चाहेका बखत अनिवार्य सेवा गर्नुपर्ने प्रबन्ध गरिएको
- स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन-२०७४ को दफा २४ मा स्थानीय तहले योजना तर्जुमा र कार्यान्वयन गर्दा स्थानीय बुद्धिजीवी, विषय विज्ञ, अनुभवी, पेशाविद्, सीमान्तकृत तथा लोपोन्मुख समुदाय, महिला, बालबालिका, दलित, अल्पसंख्यक, अपाङ्गता भएका व्यक्ति, ज्येष्ठ नागरिक लगायतका सरोकारवालाहरुको अधिकतम सहभागितामा गर्नुपर्ने व्यवस्था गरिएको
- सुशासन (व्यवस्थापन तथा सञ्चालन) ऐन-२०६४ मा विकास कार्यक्रम वा सार्वजनिक चासोका विषय कार्यान्वयन गर्दा सरोकारवाला वा नागरिक समाजसँग परामर्श गर्नुपर्ने व्यवस्था भएको
- सूचनाको हक सम्बन्धी ऐन-२०६४ मा सार्वजनिक महत्वको निर्माण कार्य भइरहेको स्थानको भ्रमण अवलोकन गर्न पाउने अधिकारको व्यवस्था गरिएको
- सार्वजनिक खरिद ऐन-२०६३ मा लाभग्राही समुदाय वा उपभोक्ता समिति मार्फत काम गराउन सकिने व्यवस्था भएको
- वन ऐन-२०७६ मा सामुदायिक वनको अवधारणा मार्फत वन सम्पदाको सुरक्षा, संरक्षण र लाभको प्राप्तिमा समुदायलाई नै जिम्मेवार बनाइएको
- शिक्षा ऐन-२०२८ मा अभिभावकहरु मध्यबाट विद्यालय व्यवस्थापन समिति गठन गरिने व्यवस्था भएको
- सहभागितामुलक लेखा परीक्षण मार्गदर्शन-२०७३ जारी गरी लेखा परीक्षणमा समेत नागरिक सहभागीतामा जोड दिइएको
- स्थानीय स्तरमा विकासका कार्यहरु गर्दा निश्चित जनसहभागिता जुटाउनुपर्ने वाध्यकारी व्यवस्था भएको
- चालू आवधिक योजना तथा बजेटमा सहभागीतामूलक विकासको सिद्धान्तलाई अंगीकार गरी नागरिकमुखी व्यवस्था गरिएको
- बजेट तर्जुमा दिग्दर्शन, स्थानीय तहको योजना तर्जुमा दिग्दर्शन र सार्वजनिक निजी साझेदारी तथा लगानी ऐन-२०७५ मा जनसहभागीता अभिवृद्धि गर्ने प्रावधान समेटिएको
- विकास आयोजनाहरुमा सर्वसाधारणको लागि शेयर छुट्याउने गरिएको
- सार्वजनिक सुनुवाइ, सामाजिक परीक्षण, सार्वजनिक लेखा परीक्षण, गुनासो सुनुवाइ, कार्यशाला गोष्ठी, समीक्षा गोष्ठी जस्ता विधिहरुको माध्यमद्वारा नागरिक सहभागीतामा जोड दिइएको

नागरिक संलग्नता वृद्धि गर्न अपनाउनुपर्ने उपायहरु
- नागरिकका आधारभूत आवश्यकता परिपूर्ति हुने खालका कार्यक्रम सञ्चालन
- योजना तर्जुमा, कार्यान्वयन, अनुगमन, मूल्याक्रन सबै चरणमा सहभागिताको सुनिश्चितता गर्ने
- लाभको समानुपातिक वितरण
- नागरिक सचेतना अभिवृद्धि
- नागरिक समाजको सशक्तीकरण एवं संस्थागत विकासमा जोड
- समान अवसर प्रदान गर्ने
- छुट्टै कार्यविधि तयार गरी नीतिगत व्यवस्था गर्ने
- स्वयंसेवकको काम गर्न प्रेरित गर्ने
- स्थानीय ज्ञान सीप श्रम पुँजी स्रोत साधनको प्रयोग र परिचालन गर्ने
- विकास प्रक्रियामा राजनीतिकरण हुन नदिने
- विकासमा नागरिक संलग्नता सम्बन्धी विश्व सम्मेलनले दिएका सुझावहरु कार्यान्वयन गर्ने
- हुमन सेन्टरेड डेसिंग अवलम्बन गर्ने

निष्कर्ष

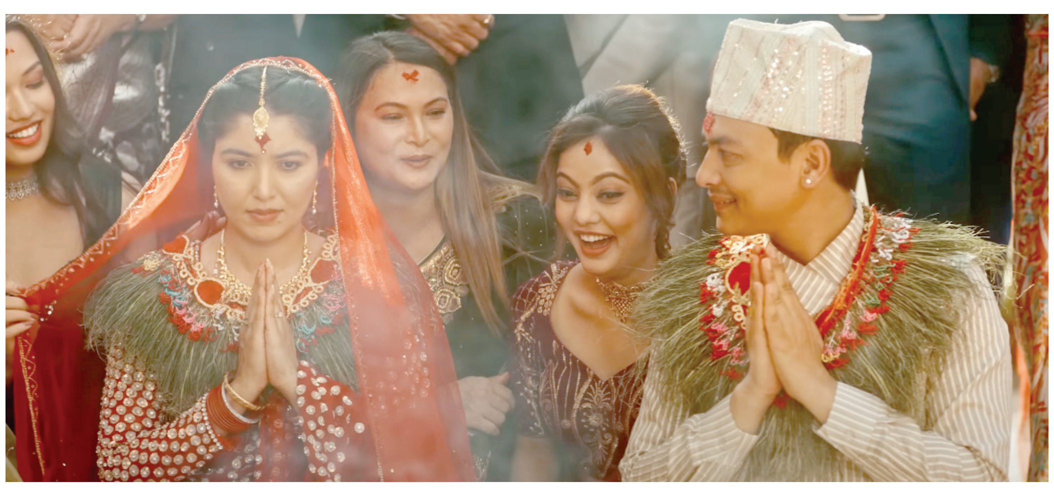
लोकतान्त्रिक शासन प्रणाली अपनाएका मुलुकहरुले नागरिकलाई आर्थिक समृद्धि, सामाजिक रूपान्तरण, विकास निर्माण लगायतका सबै क्षेत्रहरुमा सारवान र सक्रिय सहभागिता गराउने नीति अंगीकार गरेका हुन्छन्। त्यसको प्रभावकारी कार्यान्वयनले मात्र विकास र समृद्धिको यात्रा पूरा हुन सक्छ।

रावायणको रौद्र रूप

आगामी २१ गते रिलिज हुने फिल्म रावायणको ट्रेलर राजधानीमा आयोजित एक कार्यक्रमका बीच रिलिज भएको छ।

एक्सनपूर्ण ट्रेलरमा प्रेम र द्वन्द्वको कथा प्रस्तुत गरिएको छ। ट्रेलरमा नायिका पूजा शर्मा पत्रकारको भूमिकामा देखिएकी छन् भने नायक पल शाह रौद्र रूपमा देखिएका छन्। नायक शाहले दोहोरो भूमिकामा अभिनय गरेको फिल्मको ट्रेलरको अन्तिम दृश्यमा उनको दुवै पात्रको द्वन्द्व दृश्य समावेश गरिएको छ। ट्रेलरअनुसार दुई पात्रको द्वन्द्व पूजाकै कारण हुन्छ। ट्रेलर रिलिजमा आएलगत्तै युट्युब ट्रेन्डिङको पहिलो स्थानमा पुग्न सफल भएको थियो। ओएसआर डिजिटल युट्युब च्यानलबाट सार्वजनिक तीन दिनमा १७ लाख बढीले हेरिसकेका छन् भने ५७ बढीले कमेन्ट गरेका छन्।

फिल्मका कथाकार, निर्माता तथा निर्देशक सुदर्शन थापाले फिल्मको नाम झट्ट सुन्दा धार्मिक लागे पनि यो धार्मिक फिल्म नभएको खुलाए। 'यो फिल्म धार्मिक कथासाग सम्बन्धित छैन। रामायाणमा रामलाई प्राथमिकता दिइएको थियो। हाम्रो रावायणमा रावणलाई प्राथमिकता दिएका छौं', सुदर्शनले खुलाए 'रावणलाई प्राथमिकता दिादा फिल्म फरक स्वादको बन्छ भन्ने लागेर हामीले त्यस्तै कथामा फिल्म बनाएका हाौं।'



सुदर्शन थापा प्रोडक्सन र पूजा शर्मा प्रोडक्सनको संयुक्त ब्यानरमा नायिका पूजा शर्माद्वारा निर्मित फिल्ममा पल शाह, पूजा शर्मा, प्रियंका कार्की, प्रमोद अग्रहरि, निकीता चण्डक, अर्जुनजंग शाही, शर्मिला मल्ल, विशाल पहारी, सुशान्तकुमार श्रेष्ठ, प्रकाश शाह, कैलाश रावल, प्रदीप ढकाल, कैलाश रावल, अनिल कुर्मी, रजिता पराजुली, निमा पाण्डे, योगेश भण्डारी, प्रेरणा गिरी, सुहान श्रेष्ठलगायतले अभिनय गरेका छन्।

सुशन पाठक कार्यकारी निर्माता रहेको फिल्मको ओरिजिनल हिन्दी स्क्रिप्ट प्रदीप श्रीवास्तव र राज गौरवको हो। फिल्ममा सुदर्शन थापाको कथा, शिवम अधिकारीको लेखन, डा. कृष्णहरि बराल र प्रदीप श्रीवास्तवको शब्द रचना, निरज सिंह र रेवन आरती सिंहको संगीत, नकासा अजिज, कुनाल गान्जावाला र सोनु कक्करको स्वर, विक्रम स्वार र रामजी लामिछानेको कोरियोग्राफी, उमेश चौधरीको कला निर्देशन, श्री श्रेष्ठको द्वन्द्व निर्देशन, सौरभ लामाको छायांकन, मिलन श्रेष्ठको सम्पादन र समीर मियााको भीएफएक्स रहेको छ।

जस्टिन र हेली पहिलो सन्तानको बाबु आमा बने

गायक जस्टिन बिबर र मोडल हेली बिबर पहिलो सन्तानको आमाबाबु भएका छन्।

शनिबार बिहान जस्टिनले सामाजिक सञ्जाल इन्स्टाग्राममा बच्चाको खुट्टाको तस्वीर सेयर गर्दै 'ज्याक ब्लुज बिबरलाई घरमा स्वागत छ', लेखेका छन्। बियरको इमोजीसहित उनले आफ्ना फ्यानसाग आफू बाबु बनेको खुसीयाली साटेका हुन्। हेलीले पनि इन्स्टाग्राममार्फत आफ्नो पहिलो सन्तान प्राप्ति भएको खबर सार्वजनिक गरेकी छन्। ३० वर्षीय जस्टिन र २७ वर्षीया हेलीको ६ वर्षअघि विवाह भएको थियो। गतमहिना मात्र उनीहरूले आफूहरू आमाबाबु बन्न लागेको खबर सार्वजनिक गरेका थिए।

विश्वभर लोकप्रिय जस्टिन बेबी बोलको गीतबाट संगीतप्रेमीको नजरमा परेका थिए। उनको नाममा ३९ विश्व रेकर्ड छन्। सन् २०१० मा रिलिज भएको पहिलो एल्बमले नै उनलाई पप किङ र पप आइडलजस्ता उपाधि दिलाएको थियो। हेली भने स्किनकेयर ब्रान्ड रोडको संस्थापक हुन्। उनले विभिन्न ब्रान्डका लागि मोडलिङ गरेकी छन्।

झापाका सन्तोष मिष्टर नेपाल

झापाका सन्तोष लोक्सम मिस्टर नेपाल २०२४ भएका छन्। शनिबार राति राजधानीको सोल्टीमोडस्थित होटल सोल्टीमा सम्पन्न प्रतियोगितामा शीर्ष उपाधि जितेसागै सन्तोषले पााच लाख रुपियाा पुरस्कार पाएका छन् भने आगामी नोभेम्बरमा भियतनामा हुने मिस्टर वर्ल्ड २०२४ मा नेपालको प्रतिनिधित्व गर्ने अवसर प्राप्त गर्नेछन्।

त्यसैगरी भक्तपुरका योगेश श्रेष्ठ मिस्टर ग्लबोल नेपाल २०२४ भई आगामी अक्टोबरमा थाइल्यान्डमा हुने मिस्टर ग्लबोल २०२४ मा नेपालको प्रतिनिधित्व गर्ने अवसर प्राप्त गर्नेछन्। त्यस्तै, काठमाडौंका आयुष दुलालले म्यान अफ द वर्ल्ड नेपाल चुनिइ म्यान अफ द वर्ल्ड २०२४ मा नेपालको प्रतिनिधित्व गर्ने अवसर प्राप्त गर्ने भएका छन्। योगेश र आयुष दुवैले तीन लाख रुपियााबराबरको विभिन्न पुरस्कार प्राप्त गरेका छन्।

प्रतियोगितामा धरानका आदेश प्रधान फस्ट र हेटौंडाका आयुष बमजन सेकेन्ड रनरर्सअप, आयुष बोमजन मस्ट पपुलर, सन्तोष लोक्सम म्यान अफ एलिगेन्स, प्रकाश चौहान मस्ट एक्टिभ, समिर तिमिल्सिना वेस्ट स्किन, आदेश प्रधान पब्लिक च्वाइस, साकार बजिमय मस्ट इन्टिलेक्चुयल, मनोज गुरुङ वेस्ट फिजिक, आयुष दुलाल वेस्ट पर्सनालिटी, पिन्टु सन्याल टुसाल मस्ट ट्यालेन्टेड, योगेश श्रेष्ठ मिस्टर फाटोजेनिक, पियुष श्रेष्ठ मेन च्वाइस, अनिकेत प्रजापति वेस्ट हेयर, अग्रज श्रेष्ठ मिस्टर स्टाइल आइकन, सिजल कपाली मिस्टर फेसनिष्टा र मनोज गुरुङ वेस्ट स्पोर्टस्मेनसिप अर्वाड विजेता भए।

अभिनेता तथा कोरियोग्राफर प्रशान्त ताम्राकारको कोरियोग्राफीमा सम्पन्न प्रतियोगितामा फोटोग्राफर राजभाइ सुवाल, उद्यमी टिकाराम बुढाथोकी, अभिनेत्री एवं मोडल नीति शाह, पूर्वमिस नेपालद्वय माल्भिका सुब्बा र नम्रता श्रेष्ठ तथा पूर्व मिस्टर नेपाल डा. रूपक घिमिरे र सन्दीप पोखरेल निर्णायक रहेका थिए।

लाख बत्ती बालेर शुरू भयो किड क्वीन

नेप्लिज फेसन होमले वर्षेनी आयोजना गर्दै आएको किड क्विन प्रतियोगिता शनिबार लाखबत्ती बालेर पूजाआजा गरी विश्व शान्ति र सुख समृद्धिको कामना गर्दै आरम्भ भएको छ।

नेप्लिज फेसन होमको आयोजनामा हरेक वर्ष हुादै आएको किड क्विन प्रतियोगिताको १९औं संस्करणमा सामेल प्रतियोगीहरूबाट बंगलामुखी मन्दिरमा लाखबत्ती बालेर पूजाआजा गरी विश्व शान्ति र समृद्धिको कामना गर्दै यो प्रतियोगिता आरम्भ गरिएको हो। प्रतियोगितामा ४० जना प्रतियोगी सामेल छन्।

कार्यक्रम मिस नेवा : कृषा महर्जन र सकिना महर्जन, प्रतियोगिका अभिभावक तथा शिक्षक शिक्षिकाको सहभागिता एवं बगलामुखी सहकारीको सहयोगमा सम्पन्न भएको हो। सहभागीलाई संस्कार सिकाउन र मानिसको जीवनमा धर्मको महत्व दर्शाउन वर्षेनी यसप्रकारको कार्यक्रम आयोजना गरिादै आएको नेप्लिज फेसन होमकी अध्यक्ष हेमा मानन्धरले जानकारी गराइन्। उनका अनुसार कला, संस्कृति, भाषा र संस्कार नयाा पुस्तालाई हस्तान्तरण गर्न यो प्रतियोगिता आयोजना गरिादै आएको छ। प्रतियोगिताका सहभागीलाई विभिन्न सैद्धान्तिक तथा व्यवहारिक ज्ञान प्रदान गरिने उनले जानकारी गराइन्। प्रतियोगीहरूलाई अन्तिम प्रतिस्पर्धाका लागि विभिन्न विषयको तालिम र प्रशिक्षण दिइरहेको आयोजकले जानकारी गराएका छन्।

प्रतियोगिता आगामी दशैंपछि जमलस्थित राष्ट्रिय नाचघरमा हुनेछ। प्रतियोगितामा मिस नेवा: ११४३ सकिना महर्जन र सोसियल वेलफेयर एम्बेस्डर चिफ तिमिला महर्जनको कोरियोग्राफी तथा मिस नेवा: ११४१ कृषा महर्जनको संयोजनमा हुनेछ।

सम्पादकीय

जनताको चाहनाअनुसार अघि बढ

जनतामा निराशाको ग्राफ बढ्दै गए पनि राजनीतिक नेतृत्वले समयमा नै विचार गरेर जनपक्षीय कार्यक्रम र योजना ल्याउन सके भने जनताको निराशा आशामा परिणत हुन सक्छ। यसका लागि राजनीतिक नेतृत्व सच्चिएर अघि बढ्नुपर्छ। राजनीतिक अस्थिरता र नेतृत्वमा देखिएको स्वार्थी तथा लोभी प्रवृत्तिका कारण मुलुकमा सुशासन कमजोर भइरहेको छ भने विकास एवं समृद्धिको गति पनि निकै सुस्त छ। मुलुक लामो समयसम्म अस्थिर राजनीतिबाट गुज्रँदै आएको हो। हिजोका दिनमा वर्षौंसम्मको अस्थिर राजनीति र सरकारका कारण मुलुकले अकल्पनीय समस्या व्यहोर्दै आएको यथार्थ हामीसँग छ। त्यसैले राजनीतिक नेतृत्वले बुद्धिमानीपूर्ण कदम चालेर अघि बढ्नुपर्छ भने राजनीतिलाई अस्थिर बनाउने वातावरण सिर्जना गर्नुहुँदैन।

पछिल्ला वर्षमा पनि सुशासन कायम गर्न तथा विकास र समृद्धि हासिल गर्ने कार्यको नेतृत्व कुनै पनि सरकारले गर्न सकेका छैनन्। हाम्रा राजनीतिक दल र तिनको नेतृत्वले संघीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्रात्मक शासन प्रणाली स्थापना गर्न सफल त भए तर यो शासन प्रणालीले स्थापित गरेका मूल्य, मान्यता र यो व्यवस्थाका लाभहरूलाई जनतासमक्ष पुऱ्याउनचाहिँ उनीहरू पनि असफल हुँदै आइरहेका छन्। त्यसैले आमजनतामा निराशा छाएको हो। संघीय लोकतान्त्रिक शासन व्यवस्था विश्वमै सबैभन्दा उन्नत मानिएको शासन प्रणाली हो। यद्यपि हाम्रो शासन व्यवस्था नयाँ भए पनि यो शासन व्यवस्थालाई सञ्चालन गर्ने कतिपय संरचनाहरू पुरानै खालका छन्। व्यक्तिहरू पनि पुरानै सोचका भएकाले नयाँ शासकीय व्यवस्थाअनुसारका उपलब्धिहरू हासिल हुन नसकेको देखिन्छ। त्यसैले शासकहरूले पुरानो सोच त्याग गर्नै पर्छ। राजनीतिक नेतृत्वले आफू इमानदार भएर कर्मचारीतन्त्रलाई पनि इमानदार र जिम्मेवार बनाउन सक्नुपर्छ। यसका लागि सरकार पनि बलियो हुनुपर्छ। सरकारलाई बलियो बनाउन सकिएन भने हाम्रो ब्यूरोक्रेसी सरकारप्रति जिम्मेवार बन्न सक्दैन। ब्यूरोक्रेसीलाई जिम्मेवार र कामयावी बनाउन नसक्दासम्म सरकारले पनि वास्तविकरुपमा जनताले सोचेअनुसार परिणाम दिने गरी काम गर्न सक्दैन।

जनताले पनि सकारात्मक सोचका साथ सरकारलाई निरन्तर खबरदारी गरिरहनुपर्छ। मुलुकमा केही भएको छैन, सबैतिर ध्वस्त भयो, तवाह भयो भनेर नकारात्मक सोच लिएर हल्ला फैलाउनुभन्दा पनि सरकारलाई सकारात्मक सोचका साथ खबरदारी गर्दै विकास र समृद्धिको वातावरण बनाउनु मुलुकको हितमा हुनेछ। अस्थिरताका बाछिटा सिर्जना गर्ने र हिजोकै जस्तो अस्थिर राजनीतिक वातावरण बनाउने खेलमा कोही पनि लाग्नुहुँदैन। मुख्य भूमिकामा रहेको राजनीतिक नेतृत्व त सच्चिनुको विकल्प छैन।

प्रधानमन्त्री तथा सरकारका सबै सारथीहरूले पनि हिजो जनतासमक्ष गरेका बाचाहरूलाई पूरा गर्न इमानदारितापूर्वक काम गर्नुपर्छ। व्यक्तिगत र पार्टीगतभन्दा पनि राष्ट्रिय स्वार्थलाई केन्द्रविन्दुमा राखेर काम गर्नुपर्छ। किनकि सरकार सबै जनताको साझा हो। कुनै व्यक्ति विशेष र समूहको हितमा मात्रै सरकार अगाडि बढ्यो भने हिजोको पञ्चायत र राणाशासनभन्दा के फरक भयो र ? त्यसैले गुनासाहरू आउन नदिने र आएका गुनासाहरूलाई सकेसम्म समयमा नै सम्बोधन गर्ने गरी सरकारले आफ्ना कार्यहरूलाई अगाडि बढाउन सक्नुपर्छ।

बहुदलीय व्यवस्था-विरोधी सोच

श्रीमन नारायण

नेपालको संविधान २०७२ को निर्माणमा नेपाली कांग्रेस, नेकपा एमाले र नेकपा माओवादी केन्द्रको प्रमुख भूमिका थियो। फास्ट ट्र्याकमार्फत संविधानको निर्माण गरियो। संविधानसभाको झन्डै तीन चौथाइ सदस्यहरूको समर्थनबाट जारी गरिएको उक्त संविधानलाई विश्वका उत्कृष्ट संविधानहरूमध्येको एक भएको दाबी गरियो तर संविधान जारी भएको केही दिनमै यसमा संशोधन पनि भयो। एकपटक पुनः संविधानमा संशोधनको कुरा उठेको छ तर यो संशोधन मधेसी दलहरू तथा कोशी प्रदेशका पहिचान पक्षधरहरूको समस्यालाई सम्बोधन गर्ने अभिप्रायले संविधानसभा संशोधनको चर्चा चलेको होइन।

देशमा राजनीतिक स्थिरता कायम गर्ने नाममा साना राजनीतिक दलहरूलाई पाखा लगाउने गरी 'थ्रेस होल्ड' को सीमा ३ प्रतिशतबाट बढाएर १० प्रतिशतसम्म पुऱ्याउने प्रयत्नमा यतिखेर नेपाली कांग्रेस र नेकपा एमाले लागेका छन्। सत्ता गठबन्धन फेरबदल भइरहँदा यसरी निर्वाचन प्रणाली नै संशोधन गर्नुपर्ने निष्कर्षमा दुई दल रहेका छन्। अहिलेको निर्वाचन प्रणालीबाट कुनै एक दलको स्पष्ट बहुमत आउने सम्भावना नदेखिएकोले थ्रेस होल्ड बढाउनुलाई नै एकमात्र समाधान रहेको भनिन्छ। नेपालको विगत साढे तीन दशक लामो राजनीतिक इतिहासलाई स्मरण गर्दा देशमा राजनीतिक अस्थिरताका कारण निर्वाचन प्रणाली नभई देशका ठूला दल र साना दलहरूसमेतमा देखिएको सत्तालोलुपता, अवसरवादिता, सिद्धान्तविहीन राजनीति र सर्वसत्तावाद नै प्रमुख कारण देखिएको छ। देशलाई बहुदलीय संसदीय व्यवस्था र लोकतन्त्रको आत्मामाथि प्रहार हो। यसले देशमा तानाशाही र अराजकतालाई निम्त्याउनेछ। राजनीतिक दलहरूको चरित्र र सोचमा संशोधनको आवश्यकता छ, निर्वाचन प्रणालीमा होइन।

> देशमा राजनीतिक स्थिरता कायम गर्ने नाममा साना राजनीतिक दलहरूलाई पाखा लगाउने गरी 'थ्रेस होल्ड' को सीमा ३ प्रतिशतबाट बढाएर १० प्रतिशतसम्म पुऱ्याउने प्रयत्नमा यतिखेर नेपाली कांग्रेस र नेकपा एमाले लागेका छन्। सत्ता गठबन्धन फेरबदल भइरहँदा यसरी निर्वाचन प्रणाली नै संशोधन गर्नुपर्ने निष्कर्षमा दुई दल रहेका छन्।

राष्ट्रिय राजनीतिक पार्टीको मान्यता प्राप्त गर्न प्रतिनिधिसभाको निर्वाचनमा समानुपातिकतर्फ कम्तीमा तीन प्रतिशत मत र पहिलो हुने निर्वाचन प्रणालीतर्फ कम्तीमा एक सिट प्राप्त गर्नु आवश्यक मानिन्छ। राष्ट्रिय मान्यता प्राप्त गर्न नसकेका दलहरूले समानुपातिकतर्फ प्राप्त गरेको मत गणना भए पनि तिनले संघीय संसद्मा समानुपातिकतर्फको सिट पाउन सक्दैनन्। वि.सं. २०७९ को आमनिर्वाचनमा नेपाली कांग्रेस, नेकपा एमाले, नेकपा माओवादी केन्द्र र राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टीले १० प्रतिशतभन्दा बढी मत प्राप्त गरेको थियो। जबकि राप्रपा, जसपा र जनमतले ३ प्रतिशतभन्दा बढी मत प्राप्त गरेको थियो। नेकपा एकीकृत समाजवादी र लोसपाले ३ प्रतिशतको थ्रेस होल्ड सीमालाई छुन सकेको थिएन। नेकपा माओवादी केन्द्रको मत प्रतिशतमा जसरी तीव्र गतिमा ह्रास आइरहेको छ र रास्वपाका नेताहरू पनि जसरी विवादमा तानिँदै आएका छन्। यसलाई हेर्दा आउँदो चुनावमा नेपाली कांग्रेस र नेकपा एमालेबाहेकका दलले १० प्रतिशत मत पाउने सम्भावना देखिँदैन।

थ्रेस होल्डसम्बन्धी व्यवस्था परिवर्तन गर्न संविधान संशोधन गर्नुपर्दैन, राजनीतिक दलको कानुन मात्र परिवर्तन गरेर पुग्छ। यसको निम्ति नेपाली कांग्रेस र एमालेकै संख्या पर्याप्त छ तर सरकारबाट पारित गराउन पनि साना दलको समर्थन चाहिन्छ। संविधान ह्रास अथवा कानुन प्रचलित प्रावधानमा परिवर्तन गर्न संसदीय प्रक्रिया प्रारम्भ गर्नुअघि यी दुई पार्टीले शक्तिको प्रयोग होइन, आवश्यकताको बोध गर्न सक्नुपर्छ।

राजनीतिक दलसम्बन्धी कानुनमा संशोधन किन गर्ने ? साना दलको उपस्थितिलाई समाप्त पार्न ? के साना दललाई पाखा लगाएर देशमा राजनीतिक स्थायित्व कायम हुन सक्छ ? नेपाली कांग्रेस र नेकपा एमालेको यसतर्फ विगत साढे तीन दशकको नेपालको राजनीतिक इतिहासको कसीमा पुष्टि हुने आधार छैन। गठबन्धन परिवर्तनको निर्णय कांग्रेस, एमाले र माओवादीले गरेका छन्, साना दलहरू त केवल ठूला दलको निर्णयमा किनारा साक्षी बस्ने काम मात्रै गर्ने गर्दछन्। ठूला दलहरू आफ्नो अकर्मण्यता, असफलता, अक्षमता र अवसरवादिताको भारी साना दलहरूको टाउकोमा बिसाउन चाहन्छन्। ठूला दलका नेताहरूलाई नै एक-अर्कामाथि विश्वास छैन। एकले अर्कालाई धोका दिँदै आएका छन्। अस्थिरताको कारण साना दलहरू हो भने भाष्यलाई पुष्टि गर्ने आधार कसैसित पनि छैन।

देशमा प्रजातन्त्रको पुनर्स्थापनापछि वि.सं. २०४८ मा भएको आमनिर्वाचनमा नेपाली कांग्रेसलाई एकमना सरकार चलाउने बहुमत अथवा जनादेश प्राप्त थियो तर नेपाली कांग्रेसभित्रको अन्तरकलहका कारण तीन वर्षमै देशमा मध्यावधि चुनावको घोषणा भएको थियो। वि.सं. २०५२ को आमनिर्वाचनमा नेकपा एमाले देशको सबैभन्दा ठूलो राजनीतिक दलको रुपमा उदाएको थियो। ९ महिनासम्म यसले एकमना सरकार पनि चलाएको थियो। तर वि.सं. २०५४ को अन्त्यतिर पार्टीभित्र चुलिएको विवाद उत्कर्षमा पुगेपछि पार्टी विचलित भएको थियो। नेकपा एमालेमा विभाजन हुँदा नेकपा एमाले र नेकपामाले बेग्लाबेग्लै चुनाव लडेकै कारण वि.सं. २०५६ को चुनावमा नेपाली कांग्रेसलाई ठूलो लाभ भएको थियो तर नेपाली कांग्रेसले तीन वर्षमा तीन प्रधानमन्त्री फेर्दा पनि देशमा राजनीतिक स्थायित्व कायम हुन सकेन। नेपाली कांग्रेसभित्र अन्तरसंघर्ष बढ्दै गयो र तत्कालीन प्रधानमन्त्री शेरबहादुर देउवाले प्रतिनिधिसभालाई विघटन गरी मध्यावधि निर्वाचनको सिफारिस गरेका थिए। उनको त्यही सिफारिसले तत्कालीन राजा ज्ञानेन्द्रको राजनीतिक महत्वाकांक्षालाई जगाउन उत्प्रेरकको भूमिका निर्वाह गरेको थियो।

वि.सं. २०६१-०६२ मा जति बेला प्रतिगमन आधा सच्चियो भन्दै नेकपा एमाले र नेपाली कांग्रेस प्रजातान्त्रिक राजाद्वारा गठित सरकारमा सहभागी भएका थिए, त्यति बेला स-साना दलहरूले नै नेपाली कांग्रेसलाई समर्थन गरेका थिए। स-साना दलहरूकै सहयोग र समर्थनमा नेपाली कांग्रेसले शाही कदम विरोधी आन्दोलनलाई निरन्तरता प्रदान गर्न सकेको थियो। तसर्थः कमसे कम नेपाली कांग्रेसले दुई दलसम्बन्धी प्रस्तावको पक्षमा उभिने गल्ती गर्नुहुँदैन।

नेपाली कांग्रेस देशको सबैभन्दा ठूलो र पुरानो लोकतान्त्रिक पार्टी हो। प्रजातन्त्र, समाजवाद र राष्ट्रियतालाई यसले आफ्नो सिद्धान्तको तीन स्तम्भ मान्दै आएको छ। प्रजातन्त्रको संस्थागत विकासका लागि देशमा बहुदलीय व्यवस्थाको जरो बलियो हुनु आवश्यक छ। वि.सं. २००७ को राणा विरोधी आन्दोलन, वि.सं. २०३६ मा भएको जनमत संग्रह र वि.सं. २०४६ को अन्त्यतिर देशमा भएको पञ्चायत विरोधी आन्दोलन देशमा बहुदलीय व्यवस्थाको स्थापना अथवा पुनर्वहालीका लागि नै थियो। नेपाली कांग्रेस आफ्नो घोषित आदर्श एवं मान्यता विपरीत देशमा दुई दलीय व्यवस्था ल्याउन चाहन्छ। नेकपा एमालेसँगको लामो सहकार्य र सहयात्राका कारण अर्धवामपन्थी चरित्रलाई यसले पनि वरण गर्न लागेको छ जस्तो लाग्छ, होइन भने नेपाली कांग्रेस कसरी दुई दलीय व्यवस्थाको बारेमा कल्पना पनि गर्न सक्छ ? नेपाली कांग्रेस र एमालेमा देखिएको सर्वसत्तावादी महत्वाकांक्षाले एकदिन नेपाली कांग्रेसलाई अपूरणीय क्षति पुऱ्याउनेछ। कथित राजनीतिक स्थिरता कायम गर्ने नाममा साना राजनीतिक दललाई पाखा लगाउने गरी थ्रेस होल्डको सीमा बढाउने प्रयत्नमा दुई ठूला दल लाग्नु दुर्भाग्यपूर्ण हो। यो अलोकतान्त्रिक चिन्तन हो। बहुदलीय व्यवस्था विरोधी मानसिकताको प्रतीक हो।

वि.सं. २०७४ सालको आमनिर्वाचनमा वामगठबन्धनलाई झन्डै दुई तिहाइ बहुमत प्राप्त भएको थियो। निर्वाचन परिणामबाट उत्साही भएर नेकपा एमालेका अध्यक्ष के.पी. शर्मा ओली र नेकपा माओवादी (केन्द्र) का अध्यक्ष पुष्पकमल दाहाल (प्रचण्ड) ले दुई दल एकजुट भई नेकपाको गठन गरे तर पार्टी एकीकरणसँग पार्टीभित्र अन्तरकलह पनि बढ्दै गयो र नेकपा विभाजित हुन गयो। पार्टी एकीकरण हुँदा दुई दल थियो तर पार्टी विभाजनपछि तीन दल अस्तित्वमा आयो। उपरोक्त घटनालाई स्मरण गर्दा नेपालमा दुई दल त के एक दल मात्र अस्तित्वमा गुटहरू हुनेछन् र चाँडै ती गुटका नेताहरू पनि पदका लागि पार्टीलाई विभिन्न टुक्रामा विभाजित गर्नेछन्।

नेपालमा दुई दल अस्तित्वमा रहे पनि चुनावपश्चात् ती दुई दलहरू विभाजित हुने छैनन् भन्ने के ग्यारेन्टी ? चुनावअघि भएको गठबन्धन चुनावपछि फेरिन्छ। विश्वको सबैभन्दा ठूलो लोकतान्त्रिक देश भारतमा १० प्रतिशत मत ल्याएका पार्टीका नेता मात्रै लोकसभामा प्रमुख प्रतिपक्षको नेता बन्ने प्रावधान रहेको छ। संसद्मा कुन दल चाहिन्छ, कुन दल चाहिँदैन भन्ने निर्णय गर्ने अधिकार जनतालाई दिनुपर्छ। आखिर १० प्रतिशतको प्रावधान रहे पनि जनताले पत्याएका नेताले त चुनाव जित्ने नै छन्। कथंकदाचित स्वतन्त्र र सांसदहरू २०-२० सिट जितेर संसद्मा आउनेछन् भने तिनको भूमिकालाई समाप्त गर्न सकिँदैन ? देशका राजनीतिक दलहरूमा संवेदनशीलता, इमानदारी र दायित्वबोधको खाँचो छ। १० प्रतिशत थ्रेस होल्डको कुरा केवल दुई दलीय सर्वसत्ताबाट ल्याउने मानसिकताको उपज हो। यो बहुदलीय व्यवस्था विरोधी सोच हो।

पाठक पत्र

यता चाडबाड मुखैमा, उता नेताहरू आफ्नै स्वार्थमा

नेपालीहरूको महान् चाड हो, दशैं। वर्षभरि मीठो नखाएका र नयाँ लुगा नलगाएकाहरूले दशैंमा एकछाक भए पनि मीठो खान्छन् र नयाँ कपडा लगाउँछन्। करिब चार वर्षअघि विजया दशमी आउनु महिनौं दिनअघि नै बजारमा चहलपहल बढ्थ्यो। भीडले थामिनसक्नु हुन्थ्यो बजार। यो वर्षको दशैं आउन डेढ महिना पनि बाँकी छैन।

दशैं मुखमै आइसकेको छ तर बजार सुनसान छ। अहिले नै काठमाडौं उपत्यकामा कोठा, सटर, फ्ल्याट थुप्रै खाली भएका छन्। तर, दशैंपछि झन् घरहरू खाली हुने बताइन्छ। मुलुकको जनसंख्या झन्डै तीन करोड छ। त्यसमध्ये करोडौं जनता शिक्षा र रोजगारीका निम्ति विदेशिएका छन्।

दशकअघि माओवादी जनयुद्ध, गरिबी, बेरोजगारीलगायतका कारण मानिसहरूले गाउँ छोडे। शिक्षा, स्वास्थ्य र अवसरको खोजीमा कोही शहर पसे त कोही जिल्लाको सदरमुकाम। तर, अहिले जनयुद्धको समाप्तिसँगै गाउँमा बत्ती, पानी, सडक, शिक्षा, स्वास्थ्यको पहुँच पुगेपछि अधिकांश आफ्नो गाउँ फर्किएका छन्। त्यस्तै, धेरै नेपालीहरू रोजगारीका लागि खाडी मुलुकलगायत विभिन्न देशमा छन्।

२०४० सालसम्म काठमाडौं उपत्यकामा खेतीयोग्य जमिन थुप्रै थियो। त्यति बेला घर नै कम देखिन्थ्यो। कहीं कतै घर भए पनि कच्ची माटोको हुन्थ्यो। खेतबारी नै खेतीबारी थियो उपत्यकामा। सो समयमा नेपालले अन्य मुलुकमा खाद्यान्न निर्यात गर्थ्यो। विश्वमै खाद्यान्न निर्यात गर्ने मुलुकमा चिनिन्थ्यो, हाम्रो देश। कतिपय अवस्थामा त अनुदानसमेत खाद्यान्न दिइन्थ्यो।

२०४२ सालदेखि भूमाफिया, जग्गा दलालीहरूले खेतीयोग्य जमिन वा खेतबारी प्लाटिङ गर्न थाले। एक रोपनी जग्गामा १६ आना हुन्छ। गरिब, निमुखा किसानसँग रोपनीको दश/बीस हजारमा जग्गा किने। अनि त्यो जग्गामा डोजर चलाएर खण्डीकरण गरी दलालीहरूले आनाकै लाखौं रुपियाँमा बेचे। यतिले मात्र नपुगेर सरकारी, सार्वजनिक जग्गासमेत छोडेनन्।

कानुन व्यवसायी र सरकारी कर्मचारीलाई आफ्नो हातमा लिएर भूमाफिया, दलालीहरूले सरकारी, सार्वजनिक जग्गासमेत आफ्नो नाममा दर्ता गराए। नेपालको धेरै भूभाग चीन र भारतले कब्जा गरिसक्यो। नौ दशकअघि मुलुकको जनसंख्या करोड पनि नरहेको बताइन्छ। त्यतिखेर देशको भूभाग धेरै थियो त जनसंख्या कम। तर, अहिले जनसंख्या दिनानुदिन बढ्दो छ भने छिमेकी भनिने देशहरूले नै हाम्रो भूभाग कब्जा गरिरहेका छन्।

भारत र चीनले कब्जा गरेर बाँकी रहेको आधा जमिन वनजंगल छ। अनि आधामा घर र बाटो बनाइएको छ। अहिले देशभर नै खेतीयोग्य जमिन घट्दै गएको छ। यसले मुलुकमा भोकमरीको समेत समस्या निम्तिने देखिएको छ। उत्पादन गर्ने जमिन छैन अनि घर र बाटो त खान मिल्दैन नि। विदेशीले खाद्यान्न नपठाए हामी नेपाली भोकभोकै मर्नुपर्ने अवस्था छ।

यता, खाद्यान्न पठाए पनि चर्को मूल्यका कारण गरिबहरू भोकै मर्नुपर्ने परिस्थिति सिर्जना भएको छ। अहिले व्यक्ति होस् या बैंक, वित्तीय संस्थाको लगानी घरजग्गामै छ। घर भाडामा लगाएर बसी-बसी खान पाइन्छ भनेर मानिसहरूले आफूसँग भएको रकम र बैंक, वित्तीय संस्थाबाट समेत ऋण लिएर घर बनाए। तर, अहिले भाडामा बस्ने कोही नहुँदा उनीहरूको कन्तबिजोग भएको छ।

घर भाडामा जाँदैन। बैंकको ब्याज बढ्दै गएको छ भने तिर्न पैसा छैन। घरधनीहरूको सोच थियो कि महँगोमा भाडामा लगाएर ठग्छौं। तर, कहाँ सधैं ठगिरहन मात्र पाइन्छ र ? हिजो डेरा बहालसँग प्रयोग नै नगरेको बत्ती, पानीको पनि पैसा असुले। इन्टरनेट, फोहोरको दोब्बर शुल्क लिए। अनि अहिले घरमा बस्ने कोही नभएपछि सावाँ ब्याज तिर्न नसक्दा बैंकले दिनरात फोन गरेर दिनु टेन्सन दिएको छ।

केही वर्षयता घरजग्गा कारोबारमा मन्दी छ। घर किन्ने कोही छैन भने बेच्ने सयौं। कोही किन्ने मान्छे भेटिहाले पनि आधाभन्दा कम मूल्यमा मात्र खरिद गर्न तयार हुन्छन्। अहिले घरधनीहरूलाई धेरै तनाव छ। एकातिर घर खाली छ, अर्कोतिर बैंकको ऋण बढ्दो। उनीहरूलाइे घरखर्च चलाउनसमेत समस्या भइरहेको छ। ०७२ वैशाख १२ गते महाभूकम्प गयो। भूकम्पले ठूलो जनधनको क्षति गऱ्यो।

विशेष गरी अग्ला र ठूला घर भूकम्पले भत्काएका थिए। त्यसपछि मानिसहरूले भन्न थाले, अब ठूला, अग्ला घर बनाउनुहुन्न र त्यसमा बस्नु पनि हुँदैन। नेपालमा पहिलोपटक ०७६ सालमा कोरोना महामारी भित्रियो। कोरोना भित्रिएसँगै ०७६ चैत ११ गते मुलुकभर लकडाउन गयो। केही महिनापश्चात् लकडाउन खोलिए पनि पुनः कोरोना फैलिएपछि ०७८ वैशाख १६ गते फेरि लकडाउन गरियो।

कोरोनाको समयमा हात मिलाउनुहुन्न र सामाजिक दूरी कायम गर्नुपर्छ भनियो। सर्वसाधारणसमेत कहीं कतै जानुपरेमा मास्क अनिवार्य लगाउँथे। गत साउन ९ गते त्रिभुवन अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थलमै विमान दुर्घटना भयो। उक्त दुर्घटनामा १८ जनाले ज्यान गुमाए। दुर्घटनासँगै एयरपोर्टवरपर बस्ती बसाल्न नहुने वा एयरपोर्ट नै अन्त सार्नुपर्ने आवाज पनि उठ्यो। अहिले पेट्रोल, डिजेल, मट्टितेल, हवाई इन्धनको डिपो थानकोटमा छ। त्यहाँका बासिन्दाहरू डिपोमा आगलागी भएमा बस्ती नै सखाप हुने बताउँछन्। यही चिन्ताले उनीहरू रातभरसमेत निदाउँदैनन्।

यता, पेट्रोल पम्प, ग्यास डिपो, वर्कसप, पार्टी प्यालेन्स वा नदी किनारवरपर घर भएकाहरू पनि अहिले त्रसित छन्। कुन बेला कुन दुर्घटना हुन्छ भनेर उनीहरू दिनरात नै चिन्तित हुन्छन्। यस्ता जोखिमपूर्ण क्षेत्रवरपरका घर किन्नुहुन्न र भाडामा पनि बस्नुहुन्न भनेर बजारमा बहस चलिसकेको छ।

हिजो दलालीहरूले आफ्नो स्वार्थका लागि यस्तो ठाउँका जग्गा बेचे। मानिसहरूले घर बनाए। तर, अहिले दुर्घटना हुन थालेसँगै घरधनी र सर्वसाधारणकै आँखा खुलेको छ। अब उपत्यकाभित्र वा जिल्लाको सदरमुकाममा घरजग्गा किन्नुहुन्न भनेर पनि भन्न थालिसकिएको छ। किनकि जहाँ विकास भएको छ, त्यहाँ दलालीले आँखा लगाएर जोखिम निम्त्याएका छन्। अर्कोतिर यहाँको चर्को भाडा र महँगीका कारण पनि सर्वसाधारण पलायन भइरहेका छन्।

कोही गाउँ फर्किएका छन् भने कोही विदेश पुगेका छन्। सरकारी तथ्यांकले नै वार्षिक २२ लाख बढी नेपाली युवा रोजगारीका लागि खाडीलगायत विभिन्न मुलुक जाने गरेको देखाउँछ। उता, उच्च शिक्षाका नाममा पनि लाखौं नेपाली विद्यार्थीहरू खर्बौं रकम लिएर अमेरिका, अस्ट्रेलियालगायत विकसित मुलुक पलायन भइरहेका छन्।

प्रधानमन्त्री केपी शर्मा ओलीलाई कसरी नेपालीलाई विदेश पठाउने भन्नेमा मात्र चासो छ। अझ सर्वसाधारणलाई अलमल्याउन टिकटक पनि खोलिदिए। आफ्नो विरोध नगरोस् भनेर र कुर्सी जोगिरहोस् भनेर उनले टिकटक खोलेका छन्। किनकि योसँगै बच्चादेखि बूढासम्मै टिकटकमा नै रमाउँछन् नि त। अर्थमन्त्री विष्णु पौडेल र राष्ट्र बैंकका गभर्नरलाई शेयर र गाडीमार्फत कसरी सर्वसाधारणलाई फसाउने र डुबाउने भनेर मात्र चासो छ।

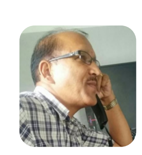
अहिले प्रधानमन्त्री ओली भन्छन्, 'हामी सरकारमा आएसँगै अर्थतन्त्रमा धेरै सुधार आएको छ।' अर्थतन्त्र सुधारको बाटोमा रहेको भए किन विदेशीसँग २७ खर्ब ऋण लिएको ? फेरि कुन दिन हामीले विदेशीसँग ऋण नै लिएका छैनौं भनेर पनि भन्न बेर लाउँदैनन्, प्रधानमन्त्री ओली। प्रधानमन्त्री र अर्थमन्त्रीलाई बजारको अवस्थाबारे थाहा छैन। उनीहरूलाई सरकारी, सार्वजनिक सम्पत्तिको दुरुपयोग कसरी गर्ने र विदेशीसँग ऋण लिएर खान पाइन्छ कि पाइँदैन ? भन्ने मात्र चिन्ता छ। नेपालमा थुप्रै राम्रा व्यक्तित्वहरू परराष्ट्रमन्त्री भए। उनीहरू भारत भ्रमणमा जाँदा त्यहाँका प्रधानमन्त्री नरेन्द्र मोदीले भेट्न समय दिएनन्। तर, नेपालीलाई नक्कली भुटानी शरणार्थी बनाएर तस्करी गरेको आरोप लागेकी परराष्ट्रमन्त्री डा. आरजु राणा देउवालाई भने मोदीले भेटे। आरजु जनताबाट चुनिएर आएकी पनि होइनन्। जनताबाट चुनिएर आएकाहरू परराष्ट्रमन्त्री हुँदा भारत भ्रमणका क्रममा मोदीले भेटेनन्। अनि जनताबाट पनि नचुनिएकी र मानव तस्करीको समेत आरोप लागेकी आरजुलाई मोदीले भेटे। अब यसलाई के कसरी जनताले बुझ्ने ?

- रूषा थापा, भक्तपुर

सामाजिक सञ्जाल

यस्तो छ चाला ! नयाँ सरकारले पेन्सन लिन राष्ट्रिय परिचयपत्र देखाउनुपर्दैन भनेको थियो तर बैंकले पैसा रोक्यो, रिलिज गरेन। बाध्य भएर अघिल्लो दिन राष्ट्रिय नामको कागजसहित बैंकमा त्वं शरणम् गरियो। भोलिपल्टै अदालतले त्यो राष्ट्रिय प.प. भन्ने कागजलाई रद्दी र बेकम्मा भनिदियो। जय होस्।

Babu Lal Bhandari
@BabuLalBhandar2



तरकारी, फलफूल र मकै बेच्नेलाई लछारपछार गर्ने, चिया बेच्नेमाथि क्रूर र पाशविक तरिकाले आक्रमण गर्ने कार्य गरेर कामपाले मानवहीन बस्तीको वकालत गर्न खोजेको हो या बालेन्द्र साहले आफूलाई निरंकुश शासक घोषणा गर्न खोज्या हुन् ? अबचाहिँ उपत्यकावासी नै रनभुल्लमा पर्न थालियो। अतिले खती गर्छ है।

ओमकुमार थापा (ॐ)
@OmThapa27

श्री ३ भन्दा निक्कै माथिका हुकुमे शासक जन्माइसकेछ लोकतान्त्रिक गणतन्त्र नेपालले, यसपछि को-को प्रम हुने रोलक्रम नै इयाम्मै ठोकिदिने महान् नेता, तथापि सौभाग्यशाली भेडाहरू एक बिताको हाम्रो चाती-च्याती हाँस्न, मरुख पर्न छोड्दैनन् !

Madanmohan
@Madankkharel

ट्रान्सफ्याक्टी...

दक्षिण-पूर्वी एसिया क्षेत्रमा नसर्ने रोगहरूको रोकथाम र नियन्त्रणलाई प्राथमिकता दिँदै, विश्व स्वास्थ्य संगठनले अन्य उपायसहित राष्ट्रिय खाद्य सामग्रीबाट ट्रान्सषयाट्टी एसिड हटाउन राष्ट्रहरूलाई सहयोग गर्दै आएको छ।

सन् २०२२ सम्म थाइल्यान्ड, भारत र बंगलादेशले खाद्यान्नमा ट्रान्सषयाट्टी एसिड उन्मूलनका लागि नियमावलीहरु अवलम्बन गरेका थिए। इन्डोनेसियाले पूरक नीतिका लागि पहल गरेको थियो भने श्रीलंकाले सन् २०२३ मा नियमावली जारी गरेको थियो। नेपालले ८ फेब्रुअरीमा ट्रान्सषयाट्टी एसिडसम्बन्धी कानुन जारी गरेको छ भने त्यसको कार्यान्वयन हुन सकेको छैन्। ट्रान्सषयाट्टी एसिड उन्मूलन गर्नु भनेको मुटु तथा रक्तनलीसम्बन्धी रोगबाट हुने अकाल मृत्युलाई रोक्नका लागि एक प्रभावकारी उपाय भएको विश्व स्वास्थ्य संगठन, दक्षिण-पूर्वी एसियाका लागि क्षेत्रीय निर्देशक साइमा वाजेदले उल्लेख गर्नुभएको छ।

सावधान !...

तर, बजारमा विभागको उपस्थिति न्यून छ। उपस्थित न्यून हुनु धेरै कारण छन्। उपभोक्तावादीले विभागका उपल्ला निकायका पदाधिकारीलाई कम्पनीले दिने आर्थिक लेनदेन र राजनीतिक उच्च अधिकारीको व्यापारीसँगको साँठगाँठ नै प्रमुख रहेको दाबी गर्दछन्।

विभाग सुस्त हुँदा व्यवसायीहरूले भटमासको तेललाई तोरी र सनषलावरमा मिसावट गरी बिक्री गर्दै आएका छन्। नेपाली व्यापारीहरूले सस्तो मूल्यमा कच्चा पदार्थ खरिद गर्ने गरेका छन्। जसबाट आफ्नो ब्रान्ड राखेर बिक्री गरिन्छ। व्यापारीले सरकारी निकायको अनुगमनमा कमजोरी पत्ता लगाएर उद्योगीहरूले जनताको स्वास्थ्यमा खेलवाड गरी उद्योगले राखेका विज्ञबाट मिसावट गरी तेल बजारमा पठाइन्छ। विभागका सूचना अधिकारी मोहनकृष्ण महर्जन भने अनुगमनमा जाँदा तेलमा खराबी नदेखिएको दाबी गर्नुहुन्छ। तर, बजारमा मूल्यको अन्तराल हेर्दा मिसावट रहेको प्रस्टै देखिन्छ।

विभागका अनुसार कच्चा भटमासको तेल मुख्यतः अर्जेन्टिना, ब्राजिलबाट आयात हुन्छ। कच्चा सनषलावर तेल युक्रेन, कच्चा पामोलियन, कच्चा पाम आयल मलेसिया र इन्डोनेसियाबाट आयात हुन्छ। तोरीको तेलमा रिषर्यासक्टिभ इन्डेक्स १ दशमलव ४६ देखि १ दशमलव ४६६२ सम्म, स्यापोनिफिकेसन भ्यालु १ सय ६८ देखि १ सय ७७ सम्म, आयोडिन भ्यालु ९६ देखि १ सय १२ सम्म हुनुपर्छ। स्यापोनिफाई नहुने पदार्थ १२ ग्राम प्रतिकिलोग्राम तेलमा नबढेको, एसिड भ्यालु ६ मिलिग्राम पोटासियम हाइड्रोक्साइड प्रतिग्राम तेलमा नबढेको हुनुपर्छ। मिसावट भए/नभएको एसिड भ्यालुबाट पहिचान गर्न सकिन्छ। तर, आधुनिक प्रयोगशाला र सरकारी उदासीनताका कारण उपभोक्ताले मिसावटयुक्त खाने तेल उपभोग गर्न बाध्य छन्।

अधिकांश खाने तेल उद्योगहरू तराईमा छन्। क्षेत्रीय कार्यालयबाट छिटफुट रूपमा अनुगमन भए पनि केन्द्रबाट भने अनुगमन हुँदैन। कम्पनीबाटै तेलको नमुना लिएर परीक्षण गरिएको छैन। केही तेललाई कारबाही गरिए पनि पुनः बिक्रीवितरण गरिरहेका छन्। खाद्यान्नको मूल्यको अनुगमन आपूर्ति व्यवस्थापन तथा उपभोक्ता हित संरक्षण विभागले गर्छ। गुणस्तरको निरीक्षण भने खाद्य प्रविधिको क्षेत्राधिकारमा पर्छ। गुणस्तरसम्बन्धी अनुगमन खाद्यको क्षेत्राधिकार भएकाले केन्द्र र क्षेत्रीय कार्यालयबाट प्याकिङ गर्ने ठाउँमा नियमित अनुगन हुनुपर्ने हो। मिसावट गरिरहेको कमसल उत्पादन बेच्न नपाउँदा व्यवसायीले बेलाबेलामा खाने तेलमा कृत्रिम अभावसमेत गराएको इतिहास छ। केही ठूला व्यापारीले भाटमासको तेल आयात गरेर सनषलावरको लोगो र नाम राखेर प्याकिङ गर्दै बिक्री गर्दै आएको उपभोक्तावादीले बताएका छन्।

उता वाणिज्य, आपूर्ति तथा उपभोक्ता संरक्षण विभागका सूचना अधिकारी राकेश पाण्डेले भने कम्पनीले तोरीकै तेल भए पनि ब्रान्ड, प्रविधिका आधारमा मूल्य निर्धारण गरेको बताउनुहुन्छ। तेल अत्यावश्यक वस्तुभित्र पर्ने र सबैको भन्सामा नभई नहुने पदार्थ हो। तर, सूचना अधिकारी पाण्डेले भने खुला बजारमा मूल्य निर्धारण गर्न नसकिने बताउनुभयो।

उपभोक्ता हित संरक्षण मञ्च नेपालको महासचिव विष्णुप्रसाद तिमल्सिनाले तेलका नाममा उपभोक्ता ठगिरहेको र यसमा सम्बन्धित निकायलाई भन्दा पनि वास्ता नगरेको बताउनुभयो। उहाँका अनुसार एउटै तेलको मूल्य फरक हुनु गुणस्तरहीनको शंका प्रस्ट देखिन्छ। त्यसै गरी उपभोक्ता अधिकार अनुसन्धान मञ्चका अध्यक्ष माधव तिमल्सिनाले अध्यावश्यक वस्तुमा मूल्य निर्धारण गर्नुपर्नेमा नगरिँदा गुणस्तर र मूल्यमा उपभोक्ता ठगिएको बताउनुभयो। तेलमा मिसावट आएको भन्ने हामीले पनि सुनेका र त्यसलाई बजार अनुगमन गर्नुपर्ने बताउनुभयो।

पहिरोमा...

पहिरोमा परी मृत्यु हुनेमा ३० वर्षीय चण्डिका थापा मगर, १८ महिने नाबालक आसम थापा मगर, ४० वर्षीय उर्मिला पहरी, १७ वर्षका सन्दीप पहरी, १८ वर्षका विज्ञान पहरी र १४ वर्षका सन्तोष पहरी रहेका रामेछाप प्रहरीले जनाएको छ।

त्यसै गरी बेपत्ता हुनेहरूमा ७५ वर्षकी फडिक पहरी, ५५ वर्षका काले पहरी, ५४ वर्षकी झ्याउकिरी पहरी र २३ वर्षकी बिन्दा पहरी रहेका छन् भने १० वर्षका अञ्जन पहरीको उद्धार गरिएको थियो। पहिरोमा बेपत्ता भएका ४ जनाको आइतबार अपराह्न ४ बजेसम्म खोजी गरिएको र अपराह्न ४ बजेबाट वर्षा भएकाले सोमबार फेरि खोजी गर्ने गरी खोजी कार्य बन्द गरिएको छ।

दोरम्बा शैलुङ गाउँपालिका-३ टोकरपुरस्थित लेकखर्कमा ६५ भन्दा बढी घरपरिवारको बसोबास थियो। जसमा ६ वटाभन्दा बढी घरहरू माथिबाट खसेको पहिरोले बगाएको छ। बाँकी रहेका अन्य घरहरू पनि पहिरोको उच्च जोखिममा रहेको दोरम्बा शैलुङ गाउँपालिका-३ का वडा सदस्य तुलाप्रसाद कँडेलले बताउनुभयो।

एक...

उहाँका अनुसार सो बाटो चक्रपथ सुधार आयोजनाको क्षेत्र अधिकारभित्र पर्छ। हाल सो सडकको विस्तार र मर्मत गर्ने काम आयोजनाकै रहेको सूचना अधिकारी जोशीले बताउनुभयो। आयोजनाले दुई महिना यता दर्जनौंपटक पहिरो गए पनि आयोजनाले पहिरो नियन्त्रण गर्ने विषयमा चासो देखाएको छैन। सो विषयमा जानकारी लिन आयोजना प्रमुख कुमारनाथ ओझासँग सम्पर्क गर्दा मोबाइल उठाउनुभएन। सूचना अधिकारीसँग सम्पर्क गर्न खोज्दा मोबाइल बन्द थियो।

बल्खु-दक्षिणकाली-कुलेखानी हुँदै वागमती प्रदेशको राजधानी हेटौंडा, बल्खु फर्पिङ हुँदै हेटौंडा र बल्खु हुँदै लामो रुटमा समेत जान सकिने राष्ट्रिय राजमार्गको दुर्दशाको कारण हजारौं यात्रुले दुःख भोग्नुपरेको छ। सो राजमार्ग हुँदै दैनिक सयौं सवारीसाधन सञ्चालन हुने गरेको छ।

कीर्तिपुर नगरपालिकाका कार्यवाहक प्रमुख शुभलक्ष्मी शाक्य (सुनिता) ले लगातार पहिरो गइरहँदा पनि सम्बन्धित निकायले खासै चासो नदेखाएको बताउनुभयो। सो सडक चक्रपथ सुधार आयोजनाअन्तर्गत परे पनि अधिकांश सुधारको काम डिभिजन सडक कार्यालय काठमाडौंले गरिरहेको जानकारी गराउँदै कार्यवाहक प्रमुख शाक्यले भन्नुभयो- 'सकेसम्म हाम्रो नगरपालिकको समन्वयमा डिभिजनले काम जारी राखेको छ।'

उहाँका अनुसार नगरपालिकाले पहिरो पन्छाउन दैनिक रूपमा चालकसहितको जेसीबी २४ घण्टा तयारी अवस्थामा राखेको छ। तलबाट भन्दा पनि आदिनाथ वन क्षेत्रको माथिल्लो भेगबाट लगातार पहिरो आएको कारण समस्या बढेको नगरपालिकाको भनाइ छ। कार्यवाहक प्रमुख शाक्यले भन्नुभयो- 'अघिल्लो वर्ष सधैं पहिरो गइरहने ठूलो दुईवटा क्षेत्रमा रिटनिङ वाल लगाएका थियौं, यो वर्षको पहिरोले त्यो पनि भत्काइदियो।'

पहिरोको कारण सल्ला वनक्षेत्रमा केही रेस्टुरेन्टसहित केही बस्ती उच्च जोखिममा रहेको छ। सो क्षेत्र आदिनाथ सामुदायिक वन उपभोक्ता समितिअन्तर्गत पर्छ। समितिका अध्यक्ष केदार बस्नेतले यो वर्ष धेरै पानी परेको कारण सो वनक्षेत्र उच्च जोखिममा रहेको बाउनुभयो। अध्यक्ष बस्नेतले समितिले पहिरो गइरहेको विषयमा जानकारी दिनबाहेक केही गर्न नसकिने बताउनुभयो। उहाँले भन्नुभयो- 'पहिरोको बारेमा सबैलाई जानकारी छ। हामीले पटकपटक आग्रह गरेका छौं।'

गत वर्ष काठमाडौं सडक डिभिजन कार्यालयले लगाएको पर्खाल यो वर्षको वर्षाले भत्काएको छ। पहिरो नियन्त्रण गर्न नगरपालिकाले निरन्तर प्रयास गरे पनि खासै प्रभावकारी भएको छैन।

कार्यालयका सूचना अधिकारी जोशीले कार्यालयकै खर्चमा हालसम्म पहिरो पन्छाउने काम जारी रहेको बताउनुभयो। उहाँले भन्नुभयो- 'पहिरो गइरहेको छ। निरन्तर काम गरिरहेका छौं।' कार्यवाहक प्रमुख शाक्यले चालु आर्थिक वर्षमा सो क्षेत्रमा पहिरो नियन्त्रण गर्न कार्ययोजनासहित पत्राचार गरेको जानकारी दिनुभयो। सो क्षेत्रमा पहिरो नियन्त्रण गर्न तत्काल योजना नबनाएर भयानक दुर्घटना हुन सक्ने सरोकारवालाको भनाइ छ।

सार्वजनिक...

तर, सांसदहरूले यस्तो निर्देशन दिन नहुने भनेपछि विवाद भएको थियो। माओवादी सांसद अमनलाल मोदीले नाम नै लिएर नेपाल विद्युत् प्राधिकरणका कार्यकारी निर्देशक कुलमान घिसिङमाथि कारबाही गर्ने भन्नुस् भनी चुनौती नै दिनुभयो। मोदीले भन्नुभयो- 'तपाईं सीधा भन्नु न कुलमानलाई कारबाही गर्छु भनेर, हामीले पटकपटक अख्तियारमा लेखेर पठाएका छौं। तपाईंले नलेखे पनि कुलमानलाई कारबाही गरौं भनिरहनुभएको छ। हामीचाहिँ सहमत छैनौं।'

त्यस्तै, सांसद देव तिमसिनाले अहिले पैसा मात्र उठाउने निर्णय गरौं भन्ने प्रस्ताव गर्नुभयो। सांसदहरूका यस्तो अभिव्यक्तिप्रति झोक्किएका समिति सभापति पोखरेले त्यसो भए बेइमानी प्राधिकरण नहेर्ने त ? प्रश्न गर्नुभएको थियो। समितिको सहभागी अधिकांश दलका सांसदहरूले सभापतिको प्रस्तावका विपक्षमा धारणा राखेपछि समितिमा एमाले एक्लो हुँदै गएको छ।

डीआईजीसहित...

सरकारले २०७५ सालमा संघीय प्रहरी ऐन संसद्मा दर्ता गरेको भए पनि दलहरूबीच सहमति हुन नसक्दा विधेयक फिर्ता दिएको थियो।

२०१२ सालमा बनेको ऐन संशोधन गर्नुपर्ने चौतर्फी दबाब बढेको भए पनि राजनीतिज्ञले भने ऐनभन्दा पनि नियमावली बनाएर प्रहरी संगठनलाई आफ्नो मुठ्ठीभित्र राख्न तल्लीन हुँदा अन्योलता सिर्जना भएको पूर्वडीआईजी हेमन्त मल्ल बताउनुहुन्छ।

इता, नेपाल प्रहरीका उच्च अधिकारीलाई ३० वर्षे सेवा अवधिका आधारमा अवकाश नदिन सर्वोच्च अदालतले सरकारका नाममा आदेश दिएपछि त्यसका विरुद्ध सरकार भ्याकेटमा जाने तयारी गरेको छ।

भदौमा अवकाश हुन लागेका नेपाल प्रहरीका एसएसपी जीवनकुमार श्रेष्ठसहित २२ जनाले ३० वर्षे सेवा अवधिको आधारबाट अवकाशमा जाने नियम खारेजको माग गर्दै रिट दायर गरेका थिए। उक्त रिटमा न्यायाधीश हरि फुयाँलको एकल इजलासले अन्तरिम आदेश दिएको थियो। गृह मन्त्रालयले त्यसअघि नै सो आदेशका कारण सरकार सञ्चालन तथा नेपाल प्रहरीको चेन अफ कमान्डमा गम्भीर असर पर्ने भन्दै सर्वोच्चमा भ्याकेटको निवेदन दिने तयारी गरेको मन्त्रालयका एक अधिकारीले नेपाल समाचारपत्रलाई जानकारी दिए।

देउवासँग मिलेको भन्ने आरोपप्रति कोइरालाको कडा आपत्ति

काठमाडौं, (नेस)

नेपाली कांग्रेसको १४औं महाधिवेशनमा सभापति शेरबहादुर देउवासँग प्रतिस्पर्धामा भिड्नुभएका वरिष्ठ नेता डा. शेखर कोइरालाले पछिल्लो समय सभापति देउवासँगै निकट रहेको भन्ने आरोपप्रति आपत्ति जनाउनुभएको छ। आइतबार शेखर-गगन पक्षको बैठकमा नेता कोइरालाले आफ्नै समूहभित्रका नेताहरूले अनावश्यक हल्ला फैलाएको भन्दै आपत्ति जनाउनुभएको हो।

उपसभापति धनराज गुरुङको पहलमा कोइरालाको सम्पर्क कार्यालय विशालनगरमा आइतबार समूहको छलफल भएको थियो। सो छलफलमा नेता कोइरालाले सभापति शेरबहादुर देउवातिर ढल्किएको भनी लागेको आरोपको प्रतिवाद गर्नुभएको उहाँ निकटका केन्द्रीय सदस्य डा. गोविन्द्रराज पोखरेलले जानकारी दिनुभयो। 'नेता कोइरालाले सभापति देउवासँग मिल्न खोजेको भन्ने आरोपप्रति कडा टिप्पणी गर्नुभयो। शेरबहादुरसँग मिल्यो भन्ने भाष्य बनिरहेको छ। यस्तो भाष्य आफ्नै साथीहरू क-कसले बनाउनु भएको हो ? त्यो शंकाबाट बाहिर निस्कनुस् भन्नुभयो,' कोइरालाको भनाइ उद्धृत गर्दै पोखरेलले नेपाल समाचारपत्रसँग भन्नुभयो।

छलफलमा सहभागी केन्द्रीय सदस्यहरूले यस भेटलाई नियमित भेट र सामान्य समीक्षा मात्रै भएको बताएका छन्। बैठकमा संस्थापन पक्षका नेताहरूले डा. कोइरालाले समूहको छलफल नियमित नभएकोप्रति कोइरालासँग चासो व्यक्त गरेका थिए। नियमित हुनुपर्ने छलफलमा कमी भएको केन्द्रीय सदस्यहरूको भनाइप्रति नेता कोइरालाले समूहको छलफल धेरै समयसम्म हुन नसकेको स्वीकार्दै नियमित बस्ने विश्वास दिलाउनुभएको छ।

कांग्रेसको पछिल्लो राजनीतिमा सभापति देउवाप्रति कोइराला नरम देखिएको भन्दै आगामी १५ औं महाधिवेशनमा देउवाकै उम्मेदवार कोइराला हुनसक्ने अड्कलबाजीसमेत गरिरहेका छन्। समूहको छलफलमा महासमिति र केन्द्रीय समितिमा आएका प्रतिवेदनलाई पार्टीको दस्तावेजभन्दा पनि व्यक्तिको जस्तो गरी प्रचार गरिएकाले नेताहरूले असन्तुष्टि व्यक्त गरेका थिए। छलफलमा शेखर-गगनबीचको समन्वय, पार्टी बैठकमा उठेका एजेन्डाहरूका विषयमा समेत व्यापक चर्चा भएको बैठकमा सहभागी एक केन्द्रीय सदस्यले बताए। उनले भने- 'एक्जिटपोलका विषयमा पनि महामन्त्री विश्वप्रकाश शर्माको प्रस्ताव अस्पष्ट भएको र यो विषय आवश्यक हो की होइन भन्नेसम्मको कुरा नेताहरूबाट उठ्यो। छलफलमा महामन्त्री गगन थापा र नेता शेखरबीचको समन्वय अभाव खड्किएको कुरासमेत प्राथमिक्ताका साथ उठेको छ।'

आज कृष्ण जन्माष्टमी

काठमाडौं, (नेस)

प्रत्येक वर्ष भाद्र कृष्ण अष्टमीका दिनमा मनाइने श्रीकृष्ण जन्माष्टमी पर्व आज सोमबार भगवान् श्रीकृष्णको पूजा आराधना गरी मनाइँदै छ।

अन्याय, अत्याचार र दानवी प्रवृत्तिबाट मानव जातिलाई सुरक्षित बनाउने उद्देश्यले द्वापर युगको अन्त्यतिर भगवान् विष्णुले मानिसको अवतारका रूपमा श्रीकृष्ण भई धर्तीमा जन्म लिएको स्मृति स्वरूप आजको दिन यो पर्व मनाउने गरिएको हो। दुर्जनको विनाश गरी सज्जनको रक्षाका लागि भगवान विष्णुको आठौं गर्भका रूपमा श्रीकृष्णको जन्म भएको धर्मशास्त्रहरूमा उल्लेख छ।

आजको दिन पाटनको मंगलबजारस्थित प्रसिद्ध श्रीकृष्ण मन्दिर, काठमाडौंको पूर्वी भेगस्थित गोठाटारमा रहेको नवतनधाम, उत्तरी भेग बूढानीलकण्ठस्थित श्रीकृष्ण भावनामृत संघको मन्दिरमा र देशभरका अन्य कृष्ण मन्दिरमा भव्य रूपमा पूजा, आराधना एवम् रथयात्रा र शोभायात्रा गरी श्रीकृष्ण जन्माष्टमी पर्व मनाउने गरिन्छ।

विपद्जन्य घटनामा परी २०३ को मृत्यु

काठमाडौं, (नेस)

अविरल वर्षाका कारण गत जेठ २८ गतेदेखि देशका विभिन्न स्थानमा आएको बाढी, पहिरोलगायतका विपद्मा परी आइतबार दिउँसोसम्म २ सय ३ जनाको मृत्यु भएको छ।

बाढी पहिरोलगायतका विपद्मा परी काठमाडौं उपत्यकामा ३, कोशी प्रदेशमा २८, मधेस प्रदेशमा ८, वागमती प्रदेशमा ४२, गण्डकी प्रदेशमा ५६, लुम्बिनी प्रदेशमा ३७, कर्णाली प्रदेशमा १३ र सुदूरपश्चिम प्रदेशमा १६ जना गरी जम्मा २ सय ३ जनाको मृत्यु भएको हो।

साथै, काठमाडौं उपत्यकामा ११, कोशी प्रदेशमा ३८, मधेस प्रदेशमा १२, वागमती प्रदेशमा २८, गण्डकी प्रदेशमा ४७, लुम्बिनी प्रदेशमा १९, कर्णाली प्रदेशमा ६२ र सुदूरपश्चिम प्रदेशमा ३४ गरी जम्मा २ सय ५१ जना घाइते भएका छन्।

साथै, काठमाडौं उपत्यकामा २८, कोशी प्रदेशमा ४९, वागमती प्रदेशमा १२, गण्डकी प्रदेशमा १४, लुम्बिनी प्रदेशमा ४, कर्णाली प्रदेशमा २ र सुदूरपश्चिम प्रदेशमा १ सय १ गरी जम्मा २ सय १० जनाको उद्धार गरिएको छ।

बाढी पहिरोमा परी कोशी प्रदेशमा ३, मधेस प्रदेशमा १, वागमती प्रदेशमा ४५, गण्डकी प्रदेशमा २, लुम्बिनी प्रदेशमा १, कर्णाली प्रदेशमा १ र सुदूरपश्चिमम प्रदेशमा १ गरी ५४ जना बेपत्ता भएका छन्।

कारोबार बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लिमिटेड कार्यालय सातदोबाटो, ललितपुरको तपसिलमा उल्लेखित ऋणीलाइ ऋणकर्जा चुक्ता भुक्तान गर्ने ७ दिने सुचना

(प्रकाशीट मिति २०८१/०५/१०)

यस कारोबार बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लिमिटेड सातदोबाटो कार्यालय ललितपुरको तपसिल ऋणीले प्राप्त गरेको ऋणकर्जाको सहकारीलाई समय - समयमा तिर्न बुझाउनेपर्ने सावा र ब्याज लगायतका रकम चुक्ता - भुक्तान गर्न पटक - पटक मौखिक एबम लिखित रुपमा सुचित गरि तार - ताकेता गर्दा समेत ऋण कर्जा चुक्ता भुक्तान गर्ने तर्फ कुनै चासो नदेखाई बेवास्ता गरेकोले ऋणीलाइ ऋण कर्जा चुक्ता भुक्तान गर्न ७ दिने सार्बजनिक सुचना प्रकाशित गरीएको छ। यो सुचना प्रकाशित भएको मितिले ७ (सात) दिन भित्र सहकारीको कार्यालयमा सम्पर्क गरि उपभोग गरिरहेको ऋण कर्जाको सावा र ब्याज लगायतका सहकारीलाई तिर्नु बुझाउनु पर्ने सम्पूर्ण रकम चुक्ता भुक्तान गर्नुहोला, अन्यथा प्रचलित ऐन, कानुन, राष्ट्र बैंक बाट जारि निर्देशनहरु बमोजिम धितोमा रहेको चल अचल सम्पति लिलाम बिक्री वा अन्य ब्यबस्था गरि सहकारीको लिनुपर्ने रकम असुल उपर गरिनुका साथै ऋणी तथा सम्बन्धित पक्षलाई कर्जा सुचना केन्द्रको कालो सुचिमा नाम सुचिकृत गर्न समेत लेखि पठाइने व्यहोरा यसै सुचना मार्फत लेखि पठाइने व्यहोरा यसै सुचना मार्फत अबगत गराउदै ऋण कर्जा चुक्ता भुक्तान गर्न गराउनुहुन सम्बन्धित व्यक्तिलाइ यसै सुचना मार्फत जानकारि समेत गराउदछौ।

तपशिल

नाम थर - मैया माया मगर राइ
ठेगाना - सिस्नेरी - ०३, ओखल्ढुंगा
पतिको नाम - लिल बहादुर राइ
बुवाको नाम - प्रेम बहादुर मगर
ससुराको नाम - टेक बहादुर राइ
रोक्का दर्ता न. र मिति - २६१२०७८७९NL००००५६२ / २०७८/०४/११
कित्ता न. - ७०३ सिरुटार, भक्तपुर
नक्सा सिट न. - ८
क्षेत्रफल / ब.मि. - ०-५-३-० (रोपनी) १८२.८०
नागरिकता नम्बर - ३५७/८५४, ओखल्ढुंगा
साक्षी
नाम - बिन्दु ठकुरी
ठेगाना - सिस्नेरी - ०३, मकवानपुर
नागरिकता नम्बर - १६१०, मकवानपुर

अधिकतम खुद्रा बिक्री मूल्य (MRP) प्रकाशनको सूचना

यस **Triveni Byapar Co. Pvt. Ltd.** कम्पनीले CHINA बाट पैठारी गरेको देहायको मालवस्तुहरुको अधिकतम खुद्रा बिक्री मूल्य (MRP) निम्न बमोजिम भएको व्यहोरा सर्वसाधारणको जानकारीको लागी प्रकाशन गरिएको छ।

SR No.	Description	Size	Brand	Model	Capacity	Origin	Unit	Per Unit Prices	MRP
1.	REFRIGERATOR	135 LTRS	SANSUI	SPM135SH	N/A	China	PCS	20,654	20,654

विक्रेता फर्मको नाम : *Triveni Byapar Co. Pvt. Ltd.* **प्यान नं.** : 300058143
ठेगाना : *Putalisadak, Kathmandu* **फोन नं.** : 01-4242317

धितो लिलामी गर्ने बारे १५ दिने अत्यन्त जरूरी सूचना

(प्रकाशित मिति २०८१/०५/१० गते)

तपशिलमा उल्लेखित ऋणी संस्थाले भुरीगाउँ,बर्दिया शाखाबाट उपभोग गरेको कर्जाको सावाँ, व्याज र हर्जना रकम तिर्न बुझाउन पर्नेमा नबुझाई कर्जा सम्बन्धी शर्त तथा बन्देजहरु उल्लंघन गरेकाले सो सम्बन्धमा मौखिक तथा लिखित सूचना र पत्रद्धारा ताकेता गर्दा साथै मिति २०८०/०५/०४ गते नागरिक दैनिक पत्रिकामा कर्जा चुक्ता गर्ने बारे ३५ दिने सार्वजनिक सुचना र मिति २०८१/०३/१९ गते नागरिक दैनिक पत्रिकामा धितो लिलामी गर्ने बारे ३५ दिने सार्वजनिक सूचना प्रकाशित गर्दा समेत संस्थाले तिर्न बुझाउनु पर्ने कर्जाको साँवा, व्याज, हर्जना तथा अन्य दैदस्तुरको रकम समेत चुक्ता भुक्तानी नगरी बाँकी रहेको हुनाले बैंकलाई ऋण सुरक्षण बापत लेखाई दिएको तपशिलमा उल्लेखित धितो सुरक्षण सम्पती लिलाम बिक्रि गरी बैंकको सम्पूर्ण लेना रकम असुल उपर गरी लिनका लागि यो धितो लिलाम बिक्री सम्वन्धि १५ दिने सूचना प्रकाशित गरिएको छ। अतः उल्लेखित म्याद भित्र तपशिलमा उल्लेखित धितो सुरक्षण सम्पती लिलाम बिक्रीमा सहभागी हुन र बोलपत्र खरिद गरी लिन इच्छुक संघ/संस्था, फर्म, कम्पनी तथा सर्वसाधारण महानुभावहरुले यो सूचना प्रकाशित भएको मितिले १५ (पन्ध्र) दिन भित्र आफुले कवोल गरेको रकम सहितको गोप्य शिलबन्दी बोलपत्र पेश गर्नहुन अनुरोध गर्दछौं। लिलाम बिक्रीमा सो सुरक्षण धितो सम्पती कसैले नसकारेमा वा रितपूर्वक बोलपत्र नपरेमा बैक तथा वित्तीय संस्था सम्बन्धि ऐन, सहकारी ऐन २०७४ तथा प्रचलित कानुन बमोजिम धितो सुरक्षण सम्पति यस बैंक आफैले सकार गरी लिने व्यहोरा समेत सम्बधित सवैलाई जानकारी गराईन्छ। धितो लेखि दिएको सम्पत्ति लिलाम बिक्री गर्दा वा बैंक आफैले सकार गर्दा साविकमा बैंकबाट भएको मुल्याङकन भन्दा कम मुल्यमा बिक्री भयो वा मेरो/हाम्रो सम्पतिको उचित मुल्य प्राप्त नभई कम मुल्यमा बिक्री भयो वा बैंक आफैले सकार गरी लियो भनी कही कतै उजुर वाजुर गर्न पाउने छैन। साथै सुरक्षणमा रहेको सम्पूर्ण धितो लिलाम बिक्रीबाट पनि यस बैंकको सम्पूर्ण लेना रकम असूल उपर नभएमा सम्बन्धित ऋणी संस्था तथा जमानीकर्ताहरुको अन्य चल अचल जायजेथा सम्पतिबाट समेत असुल उपर गरी लिने र ऋणी तथा जमानीकर्तालाई बैक तथा वित्तीय संस्था सम्बन्धि ऐन बमोजिम कर्जा सूचना केन्द्र लिमिटेडको कालो सूचीमा समावेश गरिने व्यहोरा यसै सूचनाद्धारा सूचित गराईन्छ।

ऋणी संस्थाको नाम : श्री नमस्ते बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लिमिटेड। रजिष्टर्ड ठेगाना : गुलरिया -०६, बर्दिया। हालको ठेगाना : गुलरिया ०६ बर्दिया। दर्ता नं: २५५(४२)०६५/०६६।

संचालक तथा जमानीकर्ताको विवरण

१) नाम : नगेन्द्र बहादुर रिमाल (अध्यक्ष तथा जमानीकर्ता) बुवा : दुर्गा बहादुर रिमाल बाजे : ऋषीराम रिमाल ना.प्र.नं. : ३६७८(बर्दिया) ठेगाना : गुलरिया ६, बर्दिया	**२) नाम : गोमा के.सि. (उपाध्यक्ष तथा जमानीकर्ता)** बाबु : ददिराम पौडेल ससुरा : कुल बहादुर खत्री क्षेत्री ना.प्र.नं. : ३४३८६८६३(बर्दिया) ठेगाना : गुलरिया ४, बर्दिया	**३) नाम : मुकुन्द सुवेदि (सचिव तथा जमानीकर्ता)** बुवा : टिकानिधि सुवेदी बाजे : जनार्दन सुवेदी ना.प्र.नं : ८३८४(बर्दिया) ठेगाना : गुलरिया २, बर्दिया
४) नाम : देबिराम लामिछाने (कोषाध्यक्ष तथा जमानीकर्ता) बाबु : यमलाल लामिछाने बाजे : नेत्रलाल लामिछाने ना.प्र.नं : ४४८१९(गुल्मी) ठेगाना : गुलरिया ५, बर्दिया	**५) नाम : सन्तोषी के.सी. (संचालक तथा जमानीकर्ता)** बाबु : कर सिंह खत्री बाजे : निम बहादुर खत्री ना.प्र.नं : ६५-०१-७३-००९०७(बर्दिया) ठेगाना : गुलरिया ७, बर्दिया	**६) नाम : संजिव कुमार महतो (व्यवस्थापक तथा जमानीकर्ता)** बाबु : राजबिर महतो बाजे : लखन महतो ना.प्र.नं : ७२०२३७७५–६११९२(सिरहा) ठेगाना : गुलरिया ५, बर्दिया

धितो सुरक्षण राखिएको सम्पत्ति र सुरक्षणधनीको विवरण :

१. श्री नमस्ते बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लिमिटेड बर्दिया जिल्ला गुलरिया न.पा. वडा नं. ०६ को नाममा मालपोत कार्यालय गुलरियामा दर्ता श्रेस्ता कायम रहेको बर्दिया जिल्ला गुलरिया न.पा वडा नं. ६क को कित्ता नं १९४९ क्षेत्रफल ३१३.२४ ब.मी. जग्गा र सो जग्गाले चर्चेको लिगलगापात समेत।
२. श्री लखन महतोको नाति श्री राजबिर महतोको छोरा बर्दिया जिल्ला गुलरिया न.पा. वडा नं. ०५ बस्ने श्री संजिब कुमार महतोको नाममा मालपोत कार्यालय गुलरियामा दर्ता श्रेस्ता कायम रहेको बर्दिया जिल्ला गुलरिया न.पा. वडा नं. ६क को कित्ता नं २४९९ क्षेत्रफल १६९.३० ब.मी जग्गा र सो जग्गाले चर्चेको लिगलगापात समेत।
३. श्री श्रीरामको नाति श्री चरन राईको छोरा सिन्धुली जिल्ला हरिहरपुरगडी गा.वि.स. वडा नं. ०१ बस्ने श्री रुम बहादुर राई दुनुवारको नाममा मालपोत कार्यालय सिन्धुलीमा दर्ता श्रेस्ता कायम रहेको सिन्धुली जिल्ला हरिहरपुरगडी गा.वि.स. वडा नं.१ ख को कित्ता नं २६९ क्षेत्रफल ४७९१.७५ ब.मी. जग्गा र सो जग्गाले चर्चेको लिगलगापात समेत।
४. श्री रत्न बहादुरको नाति श्री इन्द्र बहादुर कामिको छोरा सिन्धुली पिपलमाडी गा.वि.स. वडा नं. ०२ बस्ने श्री दिल बहादुर बि.क.को नाममा मालपोत कार्यालय सिन्धुलीमा दर्ता श्रेस्ता कायम रहेको सिन्धुली जिल्ला हरिहरपुरगडी गा.वि.स / न.पा वडा नं. १क को कित्ता नं ३०६ को क्षेत्रफल १३५४.३३ ब.मी. जग्गा र सो जग्गाले चर्चेको लिगलगापात समेत।
५. श्री सन्तविर कामीको नाति श्री रत्न बहादुर कामिको छोरा सिन्धुली हरिहरपुरगडी गा.वि.स. वडा नं. ०१ बस्ने श्री ईन्द्र बहादुर कामीको नाममा मालपोत कार्यालय सिन्धुलीमा दर्ता श्रेस्ता कायम रहेको सिन्धुली जिल्ला हरिहरपुरगडी गा.वि.स / न.पा वडा नं. १क को कित्ता नं ३०७ को क्षेत्रफल ४०६३.०० ब.मी. जग्गा र सो जग्गाले चर्चेको लिगलगापात समेत।
६. श्री सन्त रामको नाति श्री भक्त बहादुरको छोरा सिन्धुली जिल्ला पिपलमाडी गा.वि.स. वडा नं. ०९ बस्ने श्री धिरेन्द्र राई दनुवारको नाममा मालपोत कार्यालय सिन्धुलीमा दर्ता श्रेस्ता कायम रहेको सिन्धुली जिल्ला महेन्द्रझ्यादी गा.वि.स / न.पा वडा नं. ४घ को कित्ता नं २०० र २७० को क्षेत्रफल क्रमश : ५७१.४५ ब.मी. र ९१४.३३ ब.मी. जग्गा र सो जग्गाले चर्चेको लिगलगापात समेत।

धितो लिलाम बिक्रिको शर्त तथा बन्देजहरुः

(१) बोलपत्र फारम यस बैंकको केन्द्रीय कार्यालय र शाखा कार्यालयहरुबाट रु ५००/- (अक्षेरुपी पाँच सय) फिर्ता नहुने गरी खरिद गर्न सकिने छ।
(२) बोलपत्र फारममा आफुले बोलकवोल गरेको रकम अंक र अक्षरमा स्पष्ट उल्लेख गर्नुपर्नेछ। बोलपत्र फारममा आफुले लिन चाहेको अचल सम्पत्तिको विवरण यस बैंकबाट प्रकाशित सूचनाको आधारमा नै भर्नु पर्नेछ। उल्लेखित अचल सम्पत्तिको स्पष्ट विवरण उल्लेख गरी सो को मुल्य अंक र अक्षरमा भर्नुपर्नेछ। अंक र अक्षरमा रकम फरक पर्न गएमा अक्षरमा उल्लेखितलाई मान्यता दिइने छ।
(३) बोलपत्रमा आफुले कबोल गरेको अंकको कम्तीमा १० प्रतिशतले हुन आउने रकम राष्ट्रिय सहकारी वैंक लिमिटेडको नाममा **Kumari Bank LTD** पुतलीसडक, काठमाण्डौं रहेको खाता नं.**००१०००१४८६६००००१**मा जम्मा गरेको सक्कल भौचर साथ बोलपत्र साथ पेश गर्नुपर्ने छ।
(४) लिलाम बिक्री हुने धितो सुरक्षण निरिक्षण गर्न चाहेमा बोलपत्र पेश गर्नु अगावै भुरीगाउँ,बर्दिया शाखामा कार्यालय समय भित्र सम्पर्क राखी जे जस्तो अवस्थामा छ सोही अवस्थामा निरिक्षण गर्न सकिने छ। साथै सोही अवस्था तथा परिमाणमा स्वीकार गरी लिनु पर्नेछ।
(५) बोलपत्र स्वीकृत भएको सूचना पाएको १५ दिन भित्र सम्पूर्ण रकम बुझाई अचल सम्पत्ति आफ्नो नाउँमा नामसारी गरी लिनु पर्नेछ। सो म्याद भित्र बाँकी रकम नबुझाएमा धरौटी रकम स्वत जफत हुने छ। रजिष्ट्रेशन गर्ने अड्डामा लाग्ने सरकारी दस्तुर, अन्य सम्पूर्ण दैदस्तुर घर/जग्गा खरिद गर्ने खरिदकर्ताले ब्यहोर्नु पर्नेछ।
(६) बोलपत्र दाखिला भै सकेपछि बोलपत्रमा उल्लेखित रकम वा शर्तहरुमा कुनै हेरफेर हुनेछैन। साथै बोलपत्र स्वीकृत वा अस्वीकृत हुने टुंगो नलागे सम्म समान्यतया धरौटी रकम फिर्ता दिइने छैन।
(७) रित नपुगेको वा म्याद नाघी पेश हुन आएको बोलपत्र स्वतः रद्द हुनेछ।
(८) बोलपत्र स्वीकार वा अस्वीकार गर्ने र लिलाम सम्बन्धि सम्पूर्ण निर्णय गर्ने अधिकार बैंकमा निहीत रहनेछ।
(९) बोलपत्र सदर बदर हुनु अगावै ऋणीले सम्पूर्ण रकम बुझाएमा प्राप्त बोलपत्रहरु रद्द गरी धरौटी फिर्ता दिन सकिने छ। धरौटी स्वरुप राखेको रकममा ब्याज दावी गर्न पाईने छैन।
(१०) लिलाम सूचना प्रकाशित मितिले १५ दिन भित्र बोलपत्र पेश गर्न सकिनेछ। बोलपत्र पेश गर्ने अन्तिम मितिमा सार्वजनिक विदा परेमा सोको भोलिपल्ट कार्यालय समय भित्र बोलपत्र पेश गर्न सकिनेछ। बोलपत्र पेश गर्न सकिने अन्तिम मितिको भोलीपल्ट वा कार्यालय खुलेको दिनमो बैंकको शाखा कार्यालय भुरीगाउँ,बर्दियामा उक्त दिनको ३:०० बजे बोलपत्र खोलिने छ। बोलपत्र पेश यर्न सकिने अन्तिम दिनको कार्यालय समय भित्र सम्बन्धित ऋणी वा धितोवालाले बैंकको ऋण चुक्ता बुझाई धितो फुकुवा लैजान सक्ने छ।
(११) प्राप्त भएका बोलपत्रहरु बोलपत्र पेश गर्ने व्यक्ति वा नीजको प्रतिनिधिहरुको रोहवरमा खोलिने छ। यदि बोलपत्र पेश गर्ने व्यक्ति वा नीजको प्रतिनिधि बोलपत्र खोल्ने समयमा उपस्थिति नभएमा बोलपत्र खोल्न बाधा परेको मानिने छैन।
(१२) सुरक्षणमा रहेका धितोहरुको आंशिक रुपमा पनि लिलाम गर्न सकिने छ।
(१३) बोलपत्र सम्बन्धी अन्य शर्तहरु बोलपत्र फारममा उल्लेख भए बमोजिम हुनेछ।

National राष्ट्रिय सहकारी बैंक लिमिटेड
Co-operative Bank Limited (NCBL)
केन्द्रीय कार्यालयः पुल्चोक, ललितपुर, फोनः ०१-५१८०१८२, Web: www.ncbl.coop

नेपाल साफ च्याम्पियनसिपको फाइनलमा

तस्वीर: अनिल आङदेम्बे

नेपाल समाचारपत्र, काठमाडौं

नेपाल जारी यू २० साफ च्याम्पियनसिप फुटबल प्रतियोगिताको फाइनलमा पुगेको छ।

आइतबार सातदोबाटोस्थित एन्फा मैदानमा भएको सेमिफाइनलमा खेलमा नेपालले भुटालनाई हराएको हो। नेपालले भुटानलाई पेनाल्टी सुटआउटमा ४-१ ले पराजित गरेपछि उपाधिको लागि तयार भएको छ।

निर्धारित ९० मिनेटमा खेल १-१ गोल बराबरी भएपछि निर्णय पेनाल्टी शूटआउटमा लिनुपरेको थियो। नेपालका लागि राम थापा, अविनाश स्याङ्ताङ, सिमान्त थापा र जियारथ शेखले गोल गरे। भुटानका लागि जेत्सुन दोर्जीले गोल गरेका थिए। नेपाली गोलकीपर जियारथले विपक्षी कप्तान पेमा जाङ्पो र उग्वेन दोर्जीको प्रहार बचाएका थिए। खेलमा जेटसुन डोर्जीको गोलमार्फत भुटानले पहिले अग्रता लिएको थियो। जेटसनले बक्स बाहिरबाट गरेको प्रहारले नेपाली गोलकीपर जियारथलाई बीट गर्दै जाली चुमेको थियो।

यसपछि भुटान ७७औं मिनेटमा १० खेलाडीमा सिमित भयो। काउन्टर अट्याकमा रहेका रक्षक सवीन घिमिरेलाई लडाएपछि फरवार्ड किन्जाङ दोहोरो पहेँलो कार्ड खाँदै मैदानबाट बाहिरिएका थिए। भुटानले लगातार तेस्रो खेलमा रातो कार्ड खाएको हो। समूह चरणमा पनि भुटान भारत र माल्दिभ्सविरुद्ध १० खेलाडीमा समेटिएको थियो।

नेपालले ७८ औं मिनेटमा बराबरी गोल फर्काउन सफल भयो। निराजनको हेडर गोलमार्फत ७८औं मिनेटमा नेपाल खेलमा फर्कियो। निराजनले राम थापाको लङ क्रसलाई सदुपयोग गरेका थिए। नेपालले उपाधिका लागि भारत र बंगलादेशबीचको विजेतासँग प्रतिस्पर्धा गर्नेछ। दोस्रो सेमिफाइनल खेल आज हुँदैछ।

युएस ओपन पुरूष सिंगल्सका अब्बल फेडेरर

कविरस शर्मा

युएस ओपन हार्ड कोर्टमा आयोजना हुने वर्षकै अन्तिम टेनिस ग्राण्डस्लामबाट परिचित छ। झन्डै डेढ शताब्दी लामो इतिहास बोकेको यूएस ओपनको पुरुष सिंगल्सतर्फ अहिलेसम्म धेरै जना च्याम्पियन बनिसकेका छन्। अमेरिकामा हुने यस प्रतियोगिताको पुरुष सिंगल्सतर्फ थुप्रैले उपाधिमाथि आफ्नो नाम लेखाइसकेका छन्।

यति लामो इतिहास रहेको यस प्रतियोगितामा अहिलेसम्म पुरुष सिंगल्सतर्फ सर्वाधिक उपाधि जित्ने खेलाडीहरु पनि धेरै नै छन्। ती खेलाडीहरुलाई उपाधि जितेको संख्याको आधारमा टेनिसको चर्चित अनलाइन साइट 'टेनिस ३६५' ले वरियतामा सूचीकृत गरेको छ। जसमध्ये स्वीट्जरल्याण्डका टेनिस आइकन रोजर फेडेरर अग्रपंक्तिमा छन्।

टेनिस जगतमा ६ वर्षको अन्तरालमा डेढ दर्जनभन्दा बढी ग्राण्डस्लाम जितेर उनले सनसनीपूर्ण कीर्तिमान बनाएका थिए। हरेक ग्राण्डस्लाममा उनी कम्तीमा पाँच पटकसम्म फाइनल पुगेका छन्। उनले २ सय ३७ साता टेनिस विश्व वरियता शीर्ष स्थानमा रहेर कीर्तिमान पनि बनाए। यूएस ओपनको सर्वकालीन महान खेलाडीको शीर्ष स्थानको दोस्रोदेखि नवौं स्थानसम्म क्रमशः जिमी कोनर्स, नोभाक जोकोभिच, पिट साम्प्रास, जोन म्याकेन्रो, इभान लेन्डल, राफेल नाडाल, आन्द्रे आगासी र स्टेफन एडबर्ग रहेका छन्।

१. रोजर फेडरर

विजेता
२००४-२००८

उपविजेता
२००९, २०१५

पछिल्ला तथ्यांकहरुको अध्ययन गर्दा यूएस ओपनको सर्वोत्कृष्ट खेलाडी चयन गर्न कठिन हुन्छ। तर, लगातार ६ पटक फाइनल पुगेर लगालग पाँच पटक यूएस ओपन च्याम्पियन बनेका फेडेररको वजन नै भारी देखिन्छ। स्वीस महान खेलाडी फेडेररले सन २००४ मा पहिलो पटक यूएस ओपनको उपाधिमाथि कब्जा गरेका थिए। जुन त्यसपछि बितेको चार वर्षसम्म निरन्तर जारी रह्यो।

पहिलो पटक यूएस ओपनको उपाधि उचाल्नेक्रममा लेटन हेविटलाई हराएका उनले त्यसपछि अगासीलाई २००५ मा, आन्द्रे रोड्डिकलाई २००६ मा, नोभाक जोकोभिचलाई २००७ मा र एन्डी मर्रेलाई २००८ मा हराएका थिए। त्यसको एक वर्षपछि डेल पोत्रोसँग हार बेहोर्दै उपविजेतामा सिमित बनेका फेडेरर सन २०१५ मा भने जोकोभिचसँग पराजित हुँदै दोस्रो पटक उपविजेता बनेका थिए।

२. जिमी कोनर्स

विजेता
१९७४, १९७६, १९७८, १९८२-१९८३

उपविजेता
१९७५, १९७७

सन १९७० को दशक र १९८० को प्रारम्भिक कालका एक उत्कृष्ट खेलाडी हुन् अमेरिकाका जिमी कोनर्स। जसले आफ्नो आठ ग्रान्डस्लाम सिंगल्स उपाधिमध्ये पाँचवटा यूएस ओपनमा नाम लेखाए। सन १९७४ मा अस्ट्रेलियाका लिजेन्ड केन रोजवाललाई हराएर कोनर्सले आफ्नो पहिलो यूएस ओपन उपाधि जितेका थिए। सन १९७६ र १९७८ मा स्विडेनका लिजेन्ड बजर्न बर्गलाई हराएर लगातार दोस्रो र तेस्रो पटक यूएस ओपन उपाधि जिते। त्यसको चार वर्षपछि सन १९८२ को फाइनलमा चेकोस्लाभाकियाका लिजेन्ड इभान लेन्डललाई हराएर चौथो पटक उपाधि जितेका उनले त्यसको एक वर्षपछि फेरि लेन्डललाई नै हराएर पाँचौं पटक उपाधि जितेका थिए। कानर्स लगातार पाँच पटक फाइनलमा पुग्न सफल खेलाडी हुन्। त्यसक्रममा उनी सन् १९७५ र १९७७ को फाइनलमा पराजित भएका थिए।

३. नोभाक जोकोभिच

विजेता
२०११, २०१५, २०१८, २०२३

उपविजेता
२००७, २०१०, २०१२, २०१३, २०१६, २०२१

टेनिसका सर्वोत्कृष्ट खेलाडीको दर्जा पाएका नोभाक जोकोभिचले अहिलेसम्म २४ वटा ग्रान्डस्लाम सिंगल्स उपाधि जितेका छन्। जसमध्ये चारवटा यूएस ओपनको उपाधि सामेल छन्। यति मात्र होइन, सबिर्याका यी लिजेन्डले यूएस ओपनको फाइनल १० पटक खेलिसकेका छन्। सन २००७ र २०१० मा उपविजेता बनेका उनले सन् २०११ मा स्पेनका लिजेन्ड राफेल नाडाललाई हराएर पहिलो पटक यूएस ओपनको उपाधिमा नाम दर्ता गराए। त्यसको चार वर्षपछि सन २०१५ मा रोजर फेडेररलाई हराएर दोस्रो पटक उपाधि जितेका थिए। जोकोभिचले २०१८ मा तेस्रो पटक उपाधि जित्दा अर्जेन्टिनाका मार्टिन डेल पोत्रोविरुद्ध जित निकाले भने २०२१ मा रुसका डेनियल मेदभेदेभलाई हराएर चौथो पटक यूएस ओपन च्याम्पियन बने।

महिला भलिबल लिग असोजमा

नेपाल समाचारपत्र, काठमाडौं

एभरेस्ट महिला भलिबल लिग (ईडब्ल्यूभीएल) को पहिलो सिजन अर्को महिनामा हुने तयारी भइरहेको आयोजक इन्फिनीटी ड्रिम्सले जानकारी गराएको छ। लिग असोज १४ गतेदेखि १९ गतेसम्म त्रिपुरेश्वरस्थित राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्को कभर्ड हलमा हुने आइतवार जानकारी दिइएको हो।

घरेलु र अन्तर्राष्ट्रिय खेलाडीको उपलब्धता र भलिबल क्यालेन्डरलाई ध्यानमा राखेर मिति तय गरिएको बताइएको छ। ईडब्ल्यूभीएलमा ६ टिमले मार्की खेलाडी, प्रशिक्षकसहित टोलीको घोषणा गरिसकेका छन्। मधेश युनाइटेडले २ विदेशी खेलाडी अनुबन्ध गरेको छ।

टिम र खेलाडी यसप्रकारका छन्:

- **टिम गण्डकी**: सरस्वती चौधरी (मार्की खेलाडी), प्रगति नाथ, लक्ष्मी चन्द, रिमा कुँवर, कविता भट्ट, आरती चौधरी, स्नेहा ठगुन्ना, सरस्वती जैशी
  प्रशिक्षक: रुपेशकुमार विष्ट
- **टिम काठमाडौं**: उषा भण्डारी (मार्की खेलाडी), आरती सुवेदी, कोपिला राना, कमला पुन, उषा विष्ट, निशा महर, वसन्ती साउद, रश्मिता दुरा
  प्रशिक्षक: जगदीशप्रसाद भट्ट
- **टिम मधेश**: निरुता ठगुन्ना (मार्की खेलाडी), पुजा थारु, संगम महतो, शान्ति तामाङ, हिरा केसी, आशिका क्षेत्री, एलिशा मानन्धर
  विदेशी खेलाडी: यभजिनीया कालिनोभा (काजाकिस्तान) र योस्रा जेरामदिनी (ट्युनिसिया)
  प्रशिक्षक: भरत यादव
- **टिम ललितपुर**: सलिना श्रेष्ठ (मार्की खेलाडी), पुनम चन्द, कामना विष्ट, सफिया पुन, निशा चौधरी, अनुषा चौधरी, नेहा चौधरी, भावना तामाङ
  प्रशिक्षक: उत्सव खड्का
- **टिम कर्णाली**: सुमित्रा रेग्मी (मार्की खेलाडी), मिना सुनार, मनिषा चौधरी, यमुना रसाइली, सुनिता राई, सृष्टि खड्गी, गरिमा बोहोरा, पशुपति बोहोरा
  प्रशिक्षक: कुमार राई
- **चितवन शक्ति** :अरुणा शाही (मार्की खेलाडी), सलिना बुढामगर, जेनिशा विश्वकर्मा, एन्जिला प्रधान, सुनिता खड्का, भावना डाँगी, वाल्मिका आचार्य, सरस्वती कट्टेल
  प्रशिक्षक: अर्जुन घिमिरे

एन्फाको बैठकमा थप एजेण्डा राखिने

काठमाडौं, (नेस)

अखिल नेपाल फुटबल संघ (एन्फा) को यसै मंगलबार बस्ने केन्द्रीय कार्यसमितिको बैठकमा थप दुई एजेण्डा थपिने भएको छ। एन्फा उपाध्यक्ष विराटजंग शाही र सदस्य पेमा डोल्मा लामाले दिएका एजेण्डा एन्फाको केन्द्रिय कार्यसमितिको बैठक समावेश हुने भएको हो। यसअघि बैठकमा २१ एजेण्डा राखिने लिस्ट तयार भइसकेको थियो।

उपाध्यक्ष शाहीले जनाएअनुसार अन्तर्राष्ट्रिय (महिला र पुरुष) खेलाडीहरुको वर्गीकरण र सेवा सुविधा, फिफाद्धारा स्वीकृत भेडावारी परियोजना, रेफ्री तथा प्राविधिकको तलब वृद्धि सम्बन्ध एजेण्डामा थप्न अनुरोध गरिएको हो।

त्यस्तै आर्थिक वर्ष आव २०८०/ ८१ को आन्तरिक लेखा परिक्षण प्रतिवेदन, विश्व कप दोश्रो चरण अन्तर्गतका खेलहरुको आर्थिक विवरण र एन्फाको उपाध्यक्ष दावा लामाको विषयमा वरिष्ठ उपाध्यक्षको उजुरी र राखेपको पत्रका सम्बन्धमा पनि बैठकको एजेण्डामा थप्न शाहीले पत्रमा उल्लेख गरिएको थियो।

सदस्य लामाले महिला तथा पुरुष खेलाडीहरुको मासिक तलब भत्ता तलब वृद्धि, राष्ट्रिय महिला टिमको लागि विदेशी प्रशिक्षकको नियुक्ति, महिला लिगको पुरस्कार र मिशन वर्ल्डकप २०२७-३१ का सम्बन्धको एजेण्डा थप गर्न माग गरेकी हुन्।

वुमेन्स च्याम्पियन्स लिगमा एपीएफ पराजित

काठमाडौं, (नेस)

एएफसी वुमेन्स च्याम्पियन्स लिगको प्रारम्भिक चरणको आफ्नो पहिलो खेलमा नेपाल एपीएफ एफसी पराजित भएको छ।

उज्वेकिस्तानको नसाफ क्लबसँग एपीएफ १-० ले पराजित भएको हो। मलेसियाको लिक्सा स्टेडियममा भएको खेलमा लिलीले ४९ औं मिनेटमा गरेको एक गोल नै नेपाली टिमको लागि हार्न पर्याप्त भएको थियो। गोल खेलको निर्णायक बनेको थियो। एपीएफले बुधवार अन्तिम खेलमा मलेसियाको सबाह एफसीसँग खेल्नेछ।

एसियन फुटबल कन्फेडेरेसन(एएफसी) ले एसियामा महिला फुटबलको विकासका लागि पहिलो पटक वुमेन्स च्याम्पियन्स लिग संचालनमा ल्याएको हो। लिगमा २२ सदस्य राष्ट्रका क्लबहरुको सहभागिता रहेको छ। जसमा सन् २०२४ को फिफा वरीयतामा टप आठमा परेका राष्ट्रका क्लबहरु समूह चरणका लागि सोझै छनोट भएका छन्।

प्रारम्भिक चरणमा रहेका १४ देशका क्लबहरुलाई ४ समूहमा विभाजन गरिएको छ। प्रत्येक समूहको विजेता च्याम्पियन्सिपको समूह चरणका लागि छनोट हुनेछन्।

प्रतिव्यक्ति ऊर्जा खपत ४०० युनिट पुग्यो

नेपाल समाचारपत्र, काठमाडौं

विद्युत् खपत तीन गुणा बढेको छ। आर्थिक वर्ष २०७२/७३ मा ३ अर्ब ७२ करोड युनिट विद्युत् खपत भएकोमा गतआव २०८०/८१ मा १० अर्ब २ करोड युनिट पुगेको छ। आठ वर्षको अवधिमा देशभित्रको विद्युत् खपत ६ अर्ब ५१ करोड युनिट वृद्धि भएको हो। आठ वर्षअघि विद्युत् खपत बृद्धिदर नै ऋणात्मक थियो । गतआवमा सबैभन्दा बढी ग्रार्हस्थतर्फ ४ अर्ब ३१ करोड र औद्योगिक ग्राहकतर्फ ३ अर्ब ६९ करोड युनिट विद्युत् खपत भएको छ। बाँकी विद्युत् अन्य समूहका ग्राहकले खपत गरेका हुन्। आठ वर्षअघि १३१ युनिट रहेको प्रतिव्यक्ति ऊर्जा खपत गतआवसम्म आइपुग्दा ४०० युनिट पुगेको छ।

८ वर्षअघि ५८ प्रतिशत घरपरिवारमा मात्र विद्युत् पुगेकोमा अहिले ९९ प्रतिशतमा विद्युत् पुगेको छ। विद्युत्को पहुँच पुगेका घरपरिवारमध्ये ९७ प्रतिशत राष्ट्रिय ग्रिडबाट र २ प्रतिशतले ग्रिडभन्दा बाहिर रहेका लघुजलविद्युत्, सौर्य ऊर्जालगायतबाट विद्युत् उपभोग गरिरहेका छन्। त्यस्तै विद्युत् ग्राहक ३० लाख वृद्धि भई सामुदायिकसहित ५९ लाख ३५ हजार पुगेको छ।

नेपाल विद्युत् प्राधिकरणका कार्यकारी निर्देशक कुलमान घिसिङले निरन्तर विद्युत् आपूर्ति हुन थालेपछि विद्युत् खपत बढेको बताउनुभयो। हरेक वर्ष विद्युत् माग बढेसँगै विद्युत् आपूर्तिमा चुनौती थपिएका छन्, त्यस्ता चुनौती र समस्याको समाधान गरी उपभोक्तालाई भरपर्दो, गुणस्तरीय, सुरक्षित विद्युत् आपूर्तिका देशका प्रमुख शहरलाई ११ वटा क्लस्टरमा विभाजन गरी सन् २०५० सम्मको मागलाई आपूर्ति गर्नसक्ने प्रसारण र वितरण संरचनाको गुरुयोजना तयार गरी क्रमिकरूपमा कार्यान्वयनमा लगिएको घिसिङले बताउनुभयो।

पिक डिमान्ड (विद्युत् बढी माग हुने समय) अघिल्लो आव २०७९/८० को तुलनामा ११ दशमलव ३४ प्रतिशत विन्दुले वृद्धि भएको छ। गत आवको जेठ १६ गते देशभित्रको सबैभन्दा बढी विद्युत्को माग रेकर्ड गरिएको थियो। उक्त दिन पिक डिमान्ड २ हजार २१२ मेगावाट पुगेको थियो। त्यस्तै आयात गरिएको ऊर्जाको परिमाण पनि घट्दै गएको छ। गतआवमा प्रणालीमा आयातित ऊर्जाको हिस्सा १४ दशमलव ६८ प्रतिशत रहेको छ। जुन अघिल्लो आवको तुलनामा ८ दशमलव ५७ प्रतिशत विन्दुले कम हो। विद्युत् निर्यात ४४ प्रतिशत विन्दुले वृद्धि भएको छ। गत आवमा भारतबाट १ अर्ब ९० करोड युनिट अर्थात् १६ अर्ब ९३ करोड रुपियाँबराबरको विद्युत् आयात गरिएको थियो। तर, यही अवधिमा १ अर्ब ९५ करोड युनिट विद्युत् भारतर्फ निर्यात गरी १७ अर्ब ६ करोड रुपियाँ आम्दानी भएको थियो। गतआवमा आयातभन्दा १३ करोड रुपियाँको बढीको विद्युत् निर्यात गरी खुद विद्युत् आयातकर्ताबाट नेपाल खुद विद्युत् निर्यातकर्ता बनेको थियो।

> गत आवमा सबैभन्दा बढी ग्रार्हस्थतर्फ ४ अर्ब ३१ करोड र औद्योगिक ग्राहकतर्फ ३ अर्ब ६९ करोड युनिट विद्युत् खपत भएको छ। बाँकी विद्युत् अन्य समूहका ग्राहकले खपत गरेका हुन्। आठ वर्षअघि १३१ युनिट रहेको प्रतिव्यक्ति ऊर्जा खपत गत आवसम्म आइपुग्दा ४०० युनिट पुगेको छ।

दूध र उखु किसानले दशैंअगाडि भुक्तानी पाउँछन् : कृषिमन्त्री

नेपाल समाचारपत्र, काठमाडौं

कृषि तथा पशुपन्छी विकासमन्त्री रामनाथ अधिकारीले किसानको वर्गीकरण गरेर किसानकार्ड वितरण गरिने बताउनुभएको छ। आइतबार मन्त्रालयमा पत्रकार सम्मेलन गर्दै उहाँले किसानलाई प्रोत्साहन गर्न अनुदानलाई किसान सूचीकरणसँग जोड्नुपर्ने बताउनुभएको हो।

उहाँले कृषि क्षेत्रका सेवा सुविधा तथा सहुलियतलाई डिजिटलाइजेसन गरी पारदर्शी बनाउनुपर्नेमा जोड दिँदै कृषि अनुदान दुरूपयोग गर्नेहरूको नाम सार्वजनिक गर्ने बताउनुभएको छ।

त्यस्तै, मन्त्री अधिकारीले दुग्ध किसानले पाउनुपर्ने बक्यौता रकम उपलब्ध गराउन थालिएको उल्लेख गर्दै अहिलेसम्म ३३ करोड ५७ लाख भुक्तानी भइसकेको जानकारी दिनुभयो। उहाँका अनुसार भुक्तानी हुन बाँकी १ अर्ब २७ करोड ४३ रकम छिट्टै किसानलाई दिइने र उखु किसानहरूलाई तिनुपर्ने १ अर्ब ३० करोड रकम दशैंअघि नै रकम उपलब्ध गराउने गरी मन्त्रालयले गृहकार्य थालेको छ बताउनुभयो।

त्यस्तै दुग्ध विकास संस्थान, कृषि सामग्री कम्पनी, कपास विकास समिति, कृषि अनुसन्धान परिषद्का साथै मन्त्रालयको सांगठनिक संरचनाका लागि काम गरिने उल्लेख गर्दै कृषि विधेयक, संक्रामक पशुरोग विधेयक, पशु कल्याण विधेयक तथा बीउ बीजन नियमावली मन्त्रालयबाट अगाडि बढाइने मन्त्री अधिकारीले जानकारी दिनुभयो।

रासायनिक मल खरिद प्रक्रियालाई छिटो र छरितो बनाउनुको साथै निजी क्षेत्रलाई पनि मल खरिद र वितरणमा सहभागी गराउने विषयमा आवश्यक गृहकार्य शुरू गरिएको उल्लेख गर्दै स्थानीय तहमा रासायनिक मलको वितरण, अभाव र आवश्यकताको जानकारी तथा समन्वयका लागि मन्त्रालयले कलसेन्टर शुरू गरेको मन्त्री अधिकारीले जानकारी दिनुभयो। कृषि लगानी दशकमा उत्पादन र उत्पादकत्व वृद्धि गर्न सरकारी, निजी, सहकारी तथा विकास साझेदारको लगानी वृद्धि व्यावसायिक खेतीका लागि युवा जनशक्तिलाई आकर्षित गरिने भन्दै कृषि क्षेत्रको उत्पादन, उत्पादकत्व वृद्धि, आधुनिकीकरण, व्यवसायीकरण तथा बजारीकरणको स्पष्ट मार्गचित्र तयार गरी कार्यान्वयन गर्ने, कृषि अनुसन्धान नीति तर्जुमा गर्ने मन्त्री अधिकारीले बताउनुभयो।

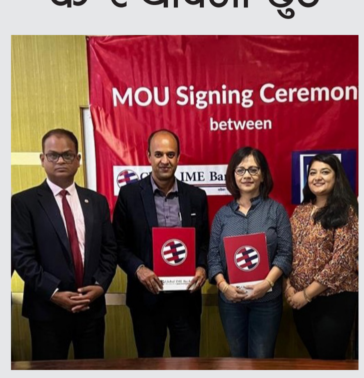
होण्डा कारमा दशैं अफर

काठमाडौं, (नेस)

होण्डा कारको आधिकारिक बिक्रेता स्याकार ट्रेडिङ कम्पनीले 'होण्डा कार दशैं उपहार, अफर माथि अफर' नामक उपहार योजना ल्याएको छ। यो योजनाअन्तर्गत ग्राहकले होण्डाको कुनै पनि कारको खरिदमा पाँच लाख रुपियाँसम्मको नगद छुट, दुई वर्षका लागि गाडीको इन्स्योरेन्स, कर छुट र पाँच वर्षसम्म गाडीको सर्भिसिङको छुट सुविधा पनि पाउनेछन्।

होण्डाको कार २० प्रतिशतसम्मको डाउन पेमेन्ट उपलब्ध हुनेछ। यसका साथै रोड साइड एसिस्टेन्सको सुविधा, २ वर्ष अथवा कार एक लाख किलोमिटर चलाएसम्म वारेन्टी दिने कम्पनीको भनाइ छ।

ग्लोबल आइएमई बैंकका ग्राहकलाई के-ल्याबमा छुट



काठमाडौं, (नेस)

ग्लोबल आइएमई बैंकको डेबिट तथा क्रेडिट कार्डबाहक र मोबाइल बैंकिङ प्रयोगकर्तालाई क्राउन ल्याब्रोटोरी एण्ड रिफर्रल सेन्टर (के-ल्याब) मा ल्याब सम्बन्धी सेवाको शुल्कमा २५ प्रतिशत छुट प्रदान गर्ने समझदारी भएको छ।

उक्त समझदारीमा ग्लोबल आइएमई बैंकका बागमती प्रदेश प्रमुख रूपेन्द्र वाग्ले र क्राउन ल्याब्रोटोरी एण्ड रिफर्रल सेन्टरका प्रशासनिक निर्देशक कान्ती थापाले हस्ताक्षर गर्नुभएको छ।

समझदारी अनुसार बैंकको ग्राहकहरूले क्राउन ल्याब्रोटोरी एण्ड रिफर्रल सेन्टर (के-ल्याब), नक्साल र बौद्धमा उपलब्ध ल्याबसम्बन्धी सेवाबापतको भुक्तानीका लागि बैंकको डेबिट तथा क्रेडिट कार्ड र मोबाइल बैंकिङ प्रयोग गर्दा २५ प्रतिशत छुट पाउनुहुनेछ।

कुमारी बैंक र दि ह्वाइट आर्क डेन्टल क्लिनिकबीच सम्झौता

काठमाडौं, (नेस)

कुमारी बैंक र बाँसबारीस्थित दि ह्वाइट आर्क डेन्टल क्लिनिकबीच बैंकका ग्राहकलाई हस्पिटलबाट प्रदान गरिने सेवामा छुट प्रदान गर्ने सम्झौता भएको छ। सम्झौताअनुसार कुमारी बैंकका ग्राहकले सो क्लिनिकबाट सम्पूर्ण सेवा लिएबापत कुमारी बैंकको डेबिट/क्रेडिट कार्ड अथवा क्युआरबाट भुक्तानी गर्दा १५ प्रतिशतसम्म छुट प्राप्त गर्न सक्नेछन्। कुमारी बैंकका ग्राहकलाई उक्त क्लिनिकमा चिकित्सक सल्लाह शुल्क निःशुल्क उपलब्ध हुनेछ।

गरिमा विकास बैंकलाई अवार्ड

काठमाडौं, (नेस)

भारतीय चेम्बर अफ कमर्सद्वारा भारतको नयाँदिल्लीमा आयोजित सेकेन्ड इमर्जिङ एसिया बैंकिङ कन्केल्भ एन्ड अवार्डमा गरिमा विकास बैंकलाई द बेस्ट बैंक इन एसेट्स क्वालिटी अवार्ड प्रदान गरिएको छ। उक्त प्रतिस्पर्धामा बिम्स्टेक देशहरू नेपाल, भारत, बंगलादेश, श्रीलंका, भुटान र म्यानमारका बैंक तथा वित्तीय संस्थाको सहभागिता रहेको थियो।

कर्जा तथा अन्य लगानीको गुणस्तर उत्कृष्ट रहेका बैंक तथा वित्तीय संस्थाले प्राप्त गर्ने उक्त अवार्डको प्राप्तिसँगै गरिमा विकास बैंकले प्रवाह गर्ने कर्जा तथा अन्य लगानीको गुणस्तर उत्कृष्ट रहनुका साथै सुरक्षितसमेत रहेको संकेत विकास बैंकले महसुस गरेको छ। कार्यक्रममा विकास बैंकका प्रमुख कार्यकारी अधिकृत माधवप्रसाद उपाध्याय र ट्रान्जेक्सन बैंकिङ इकाइ प्रमुख नकुल पौडेलको उपस्थिति रहेको थियो।

ज्योति विकास बैंकका ग्राहकलाई लुगासुगामा छुट

काठमाडौं, (नेस)

ज्योति विकास बैंकका ग्राहकले पेप्सीकोलास्थित लुगासुगा ट्रेडर्समा २२ प्रतिशतसम्मको छुट पाउने भएका छन्।

देशभरका १७ वटै आउटलेटहरूमा हरेक सेवा तथा सुविधामा ग्राहकहरूलाई ३० प्रतिशतसम्मको छुट प्रदान गर्ने सम्झौता पनि गरेको छ। ज्योति विकास बैंकका ग्राहकहरूले ब्युटी सैलुन सेवामा ४० प्रतिशत छुट तथा स्पा, मसाज, स्टिम, साउना, जकुजीलगायत अन्य सेवामा ६० प्रतिशतसम्मको विशेष छुट प्राप्त गर्ने अवसर पाउनेछन्।

शेयर बजारमा भारी गिरावट

काठमाडौं, (नेस)

साताको पहिलो दिन आइतबार नेपाल स्टक एक्सचेन्ज (नेप्से) परिसूचकमा उच्च गिरावट आएको छ। यस दिन नेप्से ७९ दशलव ८८ अंकले घटेर २८९४ दशमलव ५७ विन्दुमा झरेको छ। आइतबार ३३३ वटा धितोपत्रको चार करोड २६ लाख ८६ हजार कित्ता शेयर १९ अर्ब ७४ करोड रुपियाँमा कारोबार भएको छ। कारोबार रकम अघिल्लो दिनको तुलनामा ५८ करोड रूपियाँ बढेको हो। यस दिन ६० कम्पनीको सेयर मूल्य बढेको छ भने १८४ वटाको घटेको छ।

समग्र परिसूचक घटे पनि आइतबार तीन कम्पनीको सेयर मूल्य १० प्रतिशतले बढेको छ। जसमा विन नेपाल लघुवित्त, उपकार लघुवित्त र आत्मनिर्भर लघुवित्त रहेका छन्। यस्तै, मन्दाकिनी हाइड्रोपावरको, केबिएल डिबेन्चरको सर्वाधिक घटेको छ। आइतबार अपी पावरको सर्वाधिक कारोबार भएको छ। कम्पनीको ८४ करोड ६८ लाखको सेयर कारोबार भएको छ। कारोबारमा आएका १३ वटा समूहगत परिसूचकमध्ये लघुवित्त समूहको परिसूचक बढेको भने बाँकी १२ समूहको परिसूचक घटेको छ। यसदिन बैंकिङ, वित्त, जलविद्युत, लगानी र अन्य समूहको परिसूचक ३ प्रतिशतभन्दा बढीले घटेको छ।

एक अर्ब बजेट फ्रिज

मुगु, (नेस)

आर्थिक वर्ष २०८०/८१ मा जिल्लाका सरकारी कार्यालयको एक अर्बभन्दा बढी रकम खर्च हुन नसकेर बजेट फ्रिज भएको छ। संघ र प्रदेश सरकार मातहतका कार्यालयबाट १ अर्ब २ करोड १२ लाख ८४ हजार १४३ रुपियाँ खर्च हुन नसकेर फ्रिज भएको कोष तथा लेखा नियन्त्रण कार्यालय मुगुले जानकारी दिएको छ।

प्रादेशिक कोष तथा लेखा नियन्त्रक कार्यालय मुगुका लेखा अधिकृत भक्तिप्रसाद काषलेका अनुसार प्रदेश सरकार मातहतका कार्यालयमा गतआर्थिक वर्षमा चालुतर्फ ५८ करोड ३२ लाख ३७ हजार बजेट आएको थियो। उक्त स्वीकृत बजेटमध्ये ४९ करोड ४८ लाख ७८ हजार ७० रुपियाँ खर्च भएको छ।

यस्तै, पुँजीगततर्फ एक अर्ब एक करोड ६५ लाख पाँच हजार पाँच सय रुपियाँ बजेट आएको र सोमध्ये ४८ करोड आठ लाख ३१ हजार नौ सय ४० रुपियाँ खर्च भएको उहाँले बताउनुभयो। जिल्लाका प्रादेशिक मातहतका कृषि विकास कार्यालय, खानेपानी सिँचाइ तथा ऊर्जा विकास कार्यालय, पशु अस्पताल तथा सेवा कार्यालय, भौतिक पूर्वाधार विकास कार्यालय, स्वास्थ्य सेवा कार्यालय, सामाजिक विकास कार्यालय, बागवानी विकासकेन्द्र रहेका छन्।

त्यसैगरी जिल्लाका स्थानीय निकाय गएको आर्थिक वर्षमा ६२ करोड ४० लाख ३२ हजार चार सय ९० रुपियाँ जिल्लामा खर्च हुन नसकेर फिर्ता गएको लेखा अधिकृत काषले बताउनुभयो। संघीय मातहतको कोष तथा लेखा नियन्त्रण कार्यालयका लेखापाल धर्मराज न्यौपानेका अनुसार जिल्लाको छायाँनाथ रारा नगरपालिका, सोरु गाउँपालिका, खत्याड गाउँपालिका, मुगुमकार्मारोङ गाउँपालिकामा गरी ३९ करोड ७२ लाख ५१ हजार ६५३ रुपियाँ खर्च हुन नसकेर फिर्ता गएको छ।

अकबरे खुर्सानीबाट लाखौं कमाउँदै

सरस्वती न्यौपाने, रसुवा

जिल्लाको नौकुण्ड गाउँपालिका- ६ सिस्नेरिका पासाङ लोच्चनले २ रोपनी जग्गामा लगाउनुभएको अकबरे खुर्सानीबाट लाखौं रुपियाँ आम्दानी गर्दै आउनुभएको छ।

गतफागुनमा ३५० बोट खुर्सानीका बिरुवा लगाउनुभएको थियो। अहिले बेच्ने सिजन भएको छ स्थानीय बजारमा उहाँले २५०रुपियाँ किलोमा बेच्ने गर्नुभएको छ। नमस्ते कृषि तथा पशुपंछी फर्म दर्ता गरेर मिश्रित खेती गर्दै आउनुभएको छ।

पासाङका अनुसार अकबरे खुर्सानीले मंसिरसम्म फल दिने र प्रतिबोट ३ किलोसम्म उत्पादन हुँदै आएको छ। उहाँले खुर्सानीका साथै आधुनिक मौरीघार ६ वटा र मुढेघार २ वटा राखेर मौरी पालन पनि गर्दै आउनुभएको छ। लकडाउन भएपछि उहाँले मौरीपालन र अकबरे खुर्सानी लगाउन शुरू गर्नुभएको थियो। उहाँ मौरीबाट साढे दुई लाख र खुर्सानीबाट ३ लाख कमाइ गर्नुभएको छ। ४ वटा टनेलमा खुर्सानी लगाएका उहाँका स्थानीय बजार महको मूल्य प्रतिकिलो १५ सय रुपियाँमा बेच्दै आउनुभएको छ।

उहाँको मिश्रित खेती भएकाले ओखर कफीलगायत परम्परागत खेती रहेको छ।

हार्दिक श्रद्धाञ्जली

जन्मः वि.सं. :२०३०/०५/१० स्वर्गारोहणः वि.सं. : २०८१/०४/३०

स्व. सुश्री भुमा महर्जन

यस कम्पनीका निर्देशक तथा शेयर सदस्य श्री दिनेश महर्जनज्यु को आदरणीय दिदी **सुश्री भुमा महर्जन** को स्वर्गारोहण भएको १३ औं दिनको पुण्य तिथिमा दिवंगत आत्माको चिरशान्तिको कामना गर्दै भावपूर्ण श्रद्धाञ्जली अर्पण गर्दै शोक सन्तप्त परिवार प्रति यस दुःखद घडीमा धैर्य धारण गर्ने शक्ति मिलोस भनि कामना गर्दछौं ।

Super Star Trading Pvt. Ltd.
सुपर स्टार ट्रेडिङ्ग प्रा. लि.
इमाडोल, ललितपुर ।

त्रि.वि. इ.अ.सं. थापाथली क्याम्पस, थापाथली

शिलबन्दी दरभाउपत्र आह्वानको सूचना

पूनः दोस्रो पटक सूचना प्रकाशित मितिः २०८१।५।१०

यस क्याम्पसको लागि तपशीलमा उल्लखित कार्य गराउनु पर्ने भएकोले नेपाल सरकार बाट इजाजत प्राप्त फर्म/कम्पनीहरुद्वारा शिलबन्दी दरभाउपत्र आह्वान गरिन्छ । फाराम खरिदकर्ताले अद्यावधिक गरिएको इजाजतपत्र, मू.अ.कर दर्ता प्रमाणपत्र, आ.व. ०७९।०८० को कर चुक्ता प्रमाणपत्रको प्रतिलिपी र NIC ASIA बैंकको खाता नं ९९४४३३०८९२५२४००१ मा उल्लेख भए बमोजिमको रकम (पछि फिर्ता नहुने गरी) जम्मा गरेको बैंक भौचर पेश गरेपछि यस क्याम्पसबाट शिलबन्दी दरभाउपत्र फाराम खरिद गर्न सकिने छ । खरिद गरेको शिलबन्दी दरभाउपत्र फाराम प्रष्टसँग भरी प्रत्येक पानामा सहीछाप गरी शिलबन्दी दरभाउपत्र दर्ता गर्नुपर्नेछ । रित नपुगी दर्ता हुन आएका शिलबन्दी दरभाउपत्र उपर कुनै प्रकारको कारवाही हुने छैन । दरभाउपत्र स्वीकृति गर्ने, नगर्ने अधिकार यस क्याम्पसमा निहित रहने छ । विस्तृत जानकारीका लागि यस क्याम्पसमा सम्पर्क राख्न हुन समेत सूचित गरिन्छ ।

तपशील

क्र. सं.	शिलबन्दी दरभाउपत्र	कार्य विवरण	संख्या	दरभाउपत्र फाराम खरिद गर्ने अन्तिम मिति, समय	दरभाउपत्र फाराम दर्ता गर्ने अन्तिम मिति, समय	दरभाउपत्र फाराम खोल्ने मिति	दरभाउपत्र दस्तुर (पछि फिर्ता नहुने)	विडवण्ड रकम र म्याद	कैफियत
१	TU-IOETC/ SQ-02/ 2081-82	मर्मत सम्भार सम्बन्धि जनशक्ति सेवा (प्लम्बिङ्ग)	१	२०८१।५।२४ गते मध्यान्ह १२ बजे	२०८१।५।२४ गते साझ ५ बजे	२०८१।५।२५ बिहान ११:३० बजे	रु. १०००।- (एक हजार) मात्र	२.५%, ७५ दिन	

GENZ | नेपाल समाचारपत्र
जि.का.का.द.नं. १४७/०५१/०५२ म.क्षे.हु.द.नं. ०३/०६२/०६३
सोमबार, भदौ १०, २०८१ | Monday, August 26, 2024

'करातेकै सबैभन्दा ठूलो गेममा पदक जित्ने सोच छ'

एरिका गुरुङ

■ कविरस शर्मा

सानै उमेरमा कराते खेलमा लागेर १९ वर्षको उमेरमै एसियाली राष्ट्रहरुको सबैभन्दा प्रतिष्ठित प्रतियोगिता एसियाली खेलकुदमा नेपाललाई करातेमार्फत रजत पदक दिलाउने खेलाडी हुन् एरिका गुरुङ। सन् २०२३ को सेप्टेम्बर-अक्टोबरमा चीनको हाङचौमा सम्पन्न १९औं एसियाली खेलकुदअन्तर्गत महिला ६८ केजी प्लस तौल समूहको प्रतिस्पर्धामा उनले रजत पदक जितेकी हुन्। उक्त प्रतिस्पर्धाको फाइनलमा कजास्तानकी सन् २०२० को ओलम्पिक ब्रोन्ज मेडलिस्ट सोफिया बेरुलत्सेभासँग अंकको आधारमा पराजित हुनुअघि उनले क्वार्टरफाइनलमा जापानकी युजुकी सावोलाई गोल्डन स्कोरको आधारमा पराजित गरेकी थिइन्।

बितेको २५ वर्षमा एसियाली खेलकुदको व्यक्तिगत इभेन्टमा नेपालले जितेको यो पहिलो रजत पदक हो। यसअघि सन् १९९८ मा सविता राजभण्डारीले तेक्वान्दोमार्फत नेपाललाई ऐतिहासिक रजत पदक दिलाएकी थिइन्। हाल नेपालटारस्थित एनआर कलेजमा स्नातक तहमा अध्ययनरत एरिकाले राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितामा उत्कृष्ट प्रदर्शन गर्दै थुप्रै मेडल जितिसकेकी छिन्। मनमैजु डोजोबाट साढे नौ वर्षको उमेरमा खेल्न शुरू गरेकी उनले शुरूमा आफैंले पढेको शुभकामना इंलिश बोर्डिङ स्कुलमा निरज महर्जनसँग कराते सिकेकी हुन्। ■

अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितामा प्राप्त गरेका उपलब्धि :

एरिका गुरुङ (२० वर्ष)
स्नातक तह
(एनआर कलेज, नेपालटार)

सन् २०२४
८औं साउथ एसियन कराते च्याम्पियनसिप (भुटान) : व्यक्तिगत र टिम फाइटमा गरी दुईवटा स्वर्ण पदक।
युएस कराते ओपन च्याम्पियनसिप (टेक्सास, अमेरिका) : महिला १८ देखि २१ उमेर समूहको व्यक्तिगत प्रतिस्पर्धामा स्वर्ण र १८ देखि ३४ उमेर समूहको प्रतिस्पर्धामा रजत पदक।

सन् २०२३
१९औं एसियाली खेलकुद (हाङचौ, चीन) : रजत पदक।
१०औं सितोरियो कराते-डो इन्टरनेसनल च्याम्पियनसिप (जाकार्ता, इन्डोनेसिया) : व्यक्तिगत कुमितेतर्फ स्वर्ण र टिम कुमितेतर्फ कास्य पदक।

सन् २०१९
चौथो इन्टरनेसनल वादोरियो कराते च्याम्पियनसिप (बागलुङ, नेपाल) : फ्री-वेट क्याटेगोरीतर्फ स्वर्ण।
काठमाडौं ओपन इन्टरनेसनल च्याम्पियनसिप : महिला ६७ केजी तौल समूहमा स्वर्ण।

सन् २०१८
पहिलो एपीएफ ओपन इन्टरनेसनल सोतो कराते च्याम्पियनसिप (नेपाल) : ६८ केजी तौल समूहमा स्वर्ण पदक तथा प्रतियोगिताकै उत्कृष्ट महिला खेलाडी घोषित।
चौथो माउन्ट एभरेस्ट इन्टरनेसनल कराते च्याम्पियनसिप (नेपाल) : महिला ६८ केजी तौल समूहमा कास्य पदक।

सन् २०१७
दोस्रो आईएमए इन्टरनेसनल ओपन कराते च्याम्पियनसिप (नेपाल) : महिला टिम कुमितेतर्फ कास्य पदक।
१५औं इन्डो-नेपाल कराते एन्ड किक बक्सिङ च्याम्पियनसिप (नेपाल) : महिला ६५ केजी तौल समूहमा रजत पदक।

सन् २०१६
१४औं इन्डो-नेपाल इन्टरनेसनल कराते च्याम्पियनसिप (नेपाल) : महिला ५५ केजी तौल समूहमा कास्य पदक।

अन्तर्वार्ता उनीसँग गरिएको कुराकानीको सारसंक्षेप

राष्ट्रियस्तरको प्रतियोगिता पहिलो प्रतियोगिता ?
आठ वर्षअघि भएको ५०औं राष्ट्रिय कराते टुर्नामेन्ट मेरो पहिलो राष्ट्रिय प्रतियोगिता हो। त्यसबेला म सानै थिएँ, मलाई राष्ट्रिय प्रतियोगिता कस्तो हुन्छ भन्ने थाहा थिएन। ६८ केजीमाथिको तौल समूहको उक्त खेलमा त्रिभुवन आर्मी क्लबकी खेलाडीसँग नकआउटको आधारमा पराजित भएकी थिएँ।

राष्ट्रिय प्रतियोगिताको पहिलो मेडल ?
नेपालगन्जमा भएको आठौं बृहत् राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगितामा कांस्य पदक जितेकी थिए। त्यसपछि वर्षैपिच्छे ललितपुरमा हुने कृष्णप्रसाद भट्टराई राष्ट्रिय कराते प्रतियोगिताको पहिलो संस्करणमा पनि तेस्रो भएँ। यही प्रतियोगिताको दोस्रो र तेस्रो संस्करणमा भने स्वर्ण पदक नै जिते। नवौं बृहत् राष्ट्रिय खेलकुदमा स्वर्ण पदक जितेपछि भने म राष्ट्रिय टिममा परे।

पहिलोपटक अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगिता ?
सन् २०१६ मा नेपालमा भएको १४औं इन्डो-नेपाल इन्टरनेसनल कराते च्याम्पियनसिपको महिला ५५ केजी तौल समूहमा ब्रोन्ज मेडल जितेकी थिएँ। नेपालभित्र भएका अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगिता धेरै खेलेकी छु। सन् २०२३ को इन्डोनेसियाको जाकार्तामा भएको १०औं सितोरियो एसियन कराते च्याम्पियनसिप खेले। त्योचाहिँ मेरोभन्दा पनि हाम्रो टिमका लागि १९औं एसियाली खेलकुदको तयारी प्रतियोगिताजस्तै बन्यो। अहिलेसम्म त्यसमा कुनै पनि नेपाली खेलाडीले गोल्ड जित्न सकेका थिएनन्। त्यसको व्यक्तिगत इभेन्ट्सतर्फ गोल्ड मेडल र टिमतर्फ ब्रोन्ज मेडल पदक जित्ने म पहिलो नेपाली खेलाडी बनें।

भविष्यमा के गर्ने सोच छ ?
पढाइ र करातेलाई सँगसँगै अगाडि बढाउँछु र करातेबाट नै केही गर्छु। धेरैभन्दा धेरै प्रतियोगिता खेली र्‍याङकिङ बढाएर करातेकै सबैभन्दा ठूलो गेममा मेडल जित्ने सोच छ।

डिजिटल डिभाइसले खेलाडीलाई कत्तिको सहयोग पुऱ्याएको छ ?
धेरै नै फाइदाजनक छ, नयाँ कुरा सिक्न पाइन्छ। म अहिले चार पटकमात्र विदेशमा खेल्न गएकी छु। तर, डिजिटल डिभाइसको सहयोगले विदेशी खेलाडीको खेल्ने तरिका, टेक्निक र कमीकमजोरी सबै मोबाइलमार्फत भिडियो हेरेर थाहा पाउँछु। डिजिटल डिभाइसले आफ्नो प्रतिद्वन्द्वीविरुद्ध आफूलाई तयार पार्न निक्कै मद्दत गरेकी छु भने आफ्ना कमीकमजोरी पनि सुधार्न सहयोग पुगेको छ।

मनपर्ने कराते खेलाडी ?
मलाई आफ्नै गुरुहरू निरज महर्जन, कुशल श्रेष्ठ, सन्तोष श्रेष्ठलगायत केही विदेशी कराते खेलाडी पनि मनपर्छ।

अरू मनपर्ने खेल ?
फुटबल। सानो बेलादेखि नै बुवा, दाइहरूले फुटबलमा रुचि राख्ने भएकाले म पनि फुटबलतिर आकर्षित भएँ। फुटबल म्याच हेर्ने गर्छु र कहिलेकाहीँ खेल्छु पनि। मेरो बुवा र दाइहरू अर्जेन्टिनाको लियोनल मेसीको फ्यान हुनुहुन्छ। उहाँहरूले मेसीको खेल हेर्नुहुन्छ, म पनि त्यसमा सामेल हुन्छु। ■

किशोरकिशोरीमा देखिने रक्तअल्पता

खानपान र जीवनशैली परिवर्तनका कारण अहिलेका किशोरकिशोरीमा रक्तअल्पताको समस्या निकै देखिने गरेको चिकित्सक बताउँछन्। घरमा बनाएका र प्राकृतिक खानामा भन्दा किशोरकिशोरीमा बजारिया खाना तथा जंक फुडप्रति बढी आकर्षण भएकाले उनीहरूमा पोषणको कमी हुने र रक्तअल्पतालगायत समस्या देखिने गरेका छन्। सन्तुलित आहारको अभाव, जंकफुड तथा फास्ट फुडको अत्यधिक सेवन र हरियो सागसब्जी कम खानाले पनि रक्तअल्पताको समस्या हुन्छ।

रक्तअल्पता भनेको शरीरमा हेमोग्लोविनको कमी हुनु हो, जसले गर्दा शरीरमा अक्सिजनको आपूर्ति प्रभावकारीरूपमा हुन सक्दैन। यसले थकान, कमजोरी र अन्य स्वास्थ्य समस्या निम्त्याउन सक्छ। किशोरकिशोरीहरूको शारीरिक र मानसिक विकासका लागि पर्याप्त मात्रामा पोषण र रगतको आवश्यकता पर्छ।

किशोरकिशोरीहरूका लागि आइरनको पनि आवश्यकता धेरै हुन्छ, विशेषगरी किशोरीहरूमा महिनावारी शुरू हुने समयमा आइरनको कमी हुँदा हेमोग्लोविन उत्पादनमा कमी आउँछ, जसले रक्तअल्पता निम्त्याउँछ। फोलिक एसिड पनि रगत निर्माणमा महत्वपूर्ण हुने भएकाले यसको कमी हुँदा पनि रक्तअल्पता हुन सक्छ। त्यसैले किशोरकिशोरीहरूको आहारमा फोलिक एसिडयुक्त खानेकुरा पर्याप्त मात्रामा नभएमा यो समस्या आउन सक्छ।

यस्तैगरी, भिटामिन बी १२ पनि हेमोग्लोविन उत्पादनमा आवश्यक हुने भएकाले यसको कमी हुँदा पनि रक्तअल्पता हुन्छ। किशोरीहरूको महिनावारीमा अत्यधिक रक्तश्राव हुँदा पनि रक्तअल्पता हुन सक्छ र यसले शरीरमा आइरनको कमी गराउँछ।

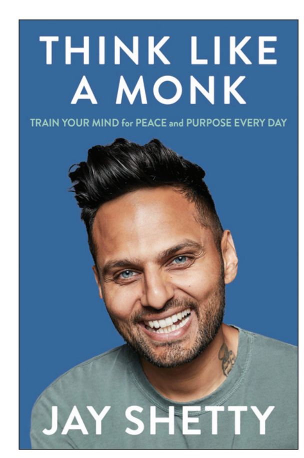
रक्तअल्पतालको समस्या भयो भने छिटै थाकाइ लाग्ने र कमजोरी हुने हुन्छ। किशोरकिशोरीहरू सामान्य काम गर्दा पनि चाँडै थाक्ने, धेरै सुत्न चाहने र शारीरिकरूपमा कमजोर हुने गर्छन्। यसका साथै रक्तअल्पता हुँदा हेमोग्लोविनको कमीले छालामा पहेँलोपन देखा पर्न सक्छ। रक्तअल्पता हुँदा शरीरमा अक्सिजनको आपूर्ति कम हुने भएकाले सामान्य काम गर्दा पनि सास फेर्न गाह्रो हुने, ध्यानकेन्द्रित गर्न कठिन पर्ने र मुटुको धड्कन बढ्ने समस्या आउन सक्छन्।

यस्तो समस्या आएमा आइरनयुक्त खानेकुरा जस्तो: हरियो सागसब्जी रातो मासु, कलेजो, माछा, मासु अण्डा आदि खान सकिन्छ। यस्तै, गरेर बदाम, काजु किसमिसका साथै फोलिक एसिड पाइने खाने कुरा, फलफूल, दुग्धजन्य बस्तु, भिटामिन सी, भिटामिन बी १२ पाइने खानेकुरा आदि खानुपर्छ। समस्या जटिल भएको अवस्थामा चिकित्सकको सल्लाह लिनुपर्छ। ■

Book Insights:

Think Like a Monk

■ Jay Shetty



"Think Like a Monk" by Jay Shetty is a guide to living a more meaningful and purposeful life by applying timeless wisdom from the monastic way of thinking. Drawing from his experience as a former monk, Shetty shares practical insights on how to overcome negative thoughts, reduce stress, and cultivate a life of intention and service.

The book is structured around three main themes: Let Go, Grow, and Give. In the Let Go section, Shetty emphasizes the importance of shedding ego, fear, and the distractions of the material world to find inner peace. He encourages readers to identify their true values and let go of what doesn't serve them.

In the Grow section, Shetty discusses the power of self-discipline, focusing on cultivating habits that lead to personal growth. He highlights the importance of mindfulness, meditation, and gratitude as tools for achieving mental clarity and emotional resilience.

The final section, Give, emphasizes the value of living in service to others. Shetty advocates for using one's skills and time to make a positive impact on the world, arguing that fulfillment comes from contributing to the well-being of others.

Throughout the book, Shetty blends ancient wisdom with modern science, offering actionable advice for readers to apply in their daily lives. **"Think Like a Monk"** is a transformative read that provides a roadmap for anyone seeking to lead a more centered, fulfilling life by thinking with the clarity and purpose of a monk. ■

आजको राशिफल

• ज्यो. काश्यप उपाध्याय

मेष: दिन शुभ देखिँदैन। धननाश, विनाकाममा खर्च, मन चञ्चल, दौडधुप होला।

वृष: दिन शुभ छ। उपहार प्राप्ति, मीठो भोजन, कार्य सफलताको सम्भावना छ।

मिथुन: दिन शुभ नभएकाले धननाश, चोटपटक, स्वास्थ्य समस्या हुन सक्छ।

कर्कट: दिन बलवान् छ। विविध वस्तु-सेवा प्राप्ति, आर्थिक लाभ, पारिवारिक सुख होला।

सिंह: सुख-सन्तोष, कार्य सफल, स्वास्थ्यलाभ, आनन्दले मन प्रफुल्लित हुने देखिन्छ।

कन्या: दिन शुभ देखिँदैन। राज्यबाट डर, प्रतिष्ठामा आघात, व्यापारमा समस्या आउन सक्छ।

तुला: अशुभ समयले गर्दा रोगव्याधि, कष्ट, काममा बाधा, धन हानि हुने सम्भावना छ।

वृश्चिक: दिन उत्तम छ। धनलाभ, यश वृद्धि, वाहन प्राप्तिको सम्भावना देखिन्छ।

धनु: आर्थिक लाभ, प्रतियोगिता-पढाइमा सफलता, विजय हुने समय आएको छ।

मकर: सजग रहनुस्। शोक-सन्ताप, कार्य असफल, वायुजन्य रोग हुन सक्छ।

कुम्भ: खानपानले पेटरोगको सम्भावना, दिनचर्या अस्तव्यस्त, तनाव नहोला भन्न सकिन्न।

मीन: दिन शुभ छ। पैसा लाभ, पराक्रम, उन्नति, मान-सम्मान, सुख-सन्तोष होला।

कामना न्यूज पब्लिकेसन्स् प्रालिद्वारा प्रकाशित । कार्यालयः कामना प्लाजा, भीमसेनस्थान, काठमाडौं । पोबनं २०४५ । फोनः ५३६११७९ । फ्याक्सः ४३१८९९०। Email: nepalsamacharpatra@gmail.com । प्रमुख कार्यकारी अधिकृत तथा प्रबन्ध सम्पादकः दिरेकलाल श्रेष्ठ । सम्पादकः सागर पण्डित