मोफसलमा सर्वाधिक बिक्री हुने
नेपाल सरकारद्वारा निरन्तर राष्ट्रियस्तरको 'क' वर्गमा सूचीकृत

मेचीकाली सन्देश
राष्ट्रिय दैनिक
Mechikali Sandesh National Daily

ग्राहक महानुभावमा अनुरोध
- यहाँहरुको घरमा नियमित पत्रिका नआएमा
- समयमै पत्रिका प्राप्त नभएमा
- ग्राहक बन्नु परेमा
- विज्ञापन दिनु परेमा

मेचीकाली सन्देश राष्ट्रिय दैनिक
बुटवल, ९, मिलनचोक, रुपन्देही
फोनः ०७१, ५३६००५

- अनलाइन माध्यमबाट भुक्तानी वा रकम स्थानान्तरण गर्दा सम्भव भएसम्म सार्वजनिक स्थानका नि:शुल्क वाईफाई प्रयोग नगरौं
- अनलाइन भुक्तानी गर्दा प्रयोग हुने ओटिपि/पासवर्ड अरुलाई शेयर नगरौं
- सुरक्षित रुपमा वित्तीय कारोबार गरौं

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

वर्ष-२६ | अंक-१५८ | २०८३ जेठ १२ गते मंगलबार | 26 May- 2026 Tuesday | पृष्ठ ४ | मूल्य रू. ६।-

लुम्बिनीको नीति तथा कार्यक्रम सार्वजनिक

सुशासन, आर्थिक समृद्धि र प्रशासनिक सुधारलाई प्राथमिकता

बुटवल, जेठ ११ (मेसस)। लुम्बिनी प्रदेश सरकारले आगामी आर्थिक वर्षको नीति तथा कार्यक्रम सार्वजनिक गरेको छ। प्रदेश प्रमुख कृष्णबहादुर घर्तीमगरले प्रदेश सभाको आठौं अधिवेसनको छैठौं बैठकमा आव २०८३/०८४ को नीति तथा कार्यक्रम प्रस्तुत गरेका हुन्।

सरकारको नीति तथा कार्यक्रममा कृषि उत्पादन वृद्धि, पर्यटन क्षेत्रको प्रवर्द्धन, सडक तथा अन्य पूर्वाधार निर्माण, शिक्षा, प्रशासनिक सुधार र स्वास्थ्य सेवाको गुणस्तर सुधार तथा सुशासनमार्फत सेवा प्रवाहलाई प्रभावकारी बनाउने विषय समेटिएको छ। साथै डिजिटल प्रविधि, युवालाई रोजगारी र उद्यमशीलतासँग जोड्ने कार्यक्रमलाई समेत प्राथमिकतामा राखिएको छ। नीति तथा कार्यक्रमको सबैभन्दा ठुलो प्रशासनिक सुधारअन्तर्गत लुम्बिनी प्रदेश सरकारले हाल कायम रहेका १२ वटा मन्त्रालयहरूलाई पुनर्संरचना गर्ने घोषणा गरेको छ। आगामी २०८३ साउन १ गतेदेखि मुख्यमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषद्को कार्यालयसहित जम्मा ८ वटा मन्त्रालय मात्र कायम गरिने नीति लिइएको छ। सरकारको काम कारबाहीलाई चुस्त, मितव्ययी र प्रभावकारी बनाउन यो कदम चालिएको हो।

कृषिको आधुनिकीकरण र व्यवसायीकरणका लागि प्रादेशिक कृषि ऐनको तर्जुमा गरिने भएको छ। मानव स्वास्थ्य र पोषण सुरक्षाका लागि स्थानीय तहसँगको सहकार्यमा एक पालिका एक अर्गानिक/रैथाने बाली उत्पादन को नीति अवलम्बन गरिनेछ।

यसैगरी कृषि उत्पादनमा आत्मनिर्भरता बढाउन प्रदेशका बयानलाई रुपान्तरणकारी कार्यक्रमको रुपमा सञ्चालन गर्ने भएको छ। वैदेशिक रोजगारीबाट फर्केका युवाहरूलाई कृषि र अन्य उद्यममा आकर्षित गर्न प्रविधि र स्टार्टअप सहयोगसहितका कार्यक्रम ल्याइनेछ। महिलाहरूलाई आर्थिक रुपमा सक्षम बनाउन लुम्बिनीका

महिलाः उद्यमशीलतामा पहिला कार्यक्रम सञ्चालन गरिने नीति तथा कार्यक्रममा उल्लेख छ।

नेपाल सरकारले घोषणा गरेको भिजिट नेपाल २०८५ बाट लाभ लिन एकीकृत पर्यटन डिजिटल प्लेटफर्ममार्फत प्रचारप्रसार गरिनेछ। प्रदेशको पर्यटन विकासका लागि लुम्बिनी, स्वर्गद्वारी र बर्दिया राष्ट्रिय निकुन्जलाई जोडेर सिल्भर ट्रिङ्गलका रूपमा विकास गरिने नवीन योजना अघि सारिएको छ। साथै साहसिक पर्यटनका लागि रोल्पा र रुकुम पूर्वको पुथा हिमालमा बेसक्याम्प र पदमार्ग निर्माण गरिनेछ। कोइलाबासदेखि गोरक्षरत्ननाथ मन्दिर हुँदै स्वर्गद्वारीसम्म धार्मिक तथा सांस्कृतिक पथको रुपमा विकास गरिने, लुम्बिनीदेखि मुक्तिनाथसम्म धार्मिक परिपथको रुपमा प्रवर्द्धन गरिने उल्लेख छ।

पूर्वाधारतर्फ अधुरा आयोजनाहरूलाई छिटो सम्पन्न गर्न अधुराः गर पूराको नीति लिइनेछ। प्रदेश सरकारले सुरु गरेका सघन खानेपानी विकास कार्यक्रमलाई उच्च प्राथमिकता दिँदै 'एक घरः एक धारा' को सङ्कल्प कार्यान्वयन गरिने, खानेपानीको क्षेत्रमा बजेट विनियोजन गर्दा 'अधुराः गर पूरा' को नीति अवलम्बन गरी असी प्रतिशत कार्य सम्पन्न भइसकेका आयोजनालाई उच्च प्राथमिकतामा राखी पूरा गर्ने कार्य अघि बढाइने नीति तथा कार्यक्रमले प्राथमिकतामा राखेको छ।

लुम्बिनी प्रदेशका पहाडी जिल्लाहरूका प्रमुख आर्थिक केन्द्रहरूलाई समेटी गण्डकी र कर्णाली प्रदेशलाई समेत जोड्ने प्रदेश गौरवको आयोजनाको रुपमा रहेको रामपुर-कपुरकोट सडकलाई उच्च प्राथमिकता दिई निर्माण कार्यलाई निरन्तरता दिइने उल्लेख छ। झोलुङ्गे पुल निर्माण कार्यलाई प्राथमिकतामा राख्ने, एक सय बिस मिटरभन्दा छोटा झोलुङ्गे पुल निर्माण गर्न स्थानीय तहलाई प्राविधिक सहायता उपलब्ध गराइने छ। वर्षे पानी संकलनका लागि स्थानीय तहसँगको समन्वयमा कृत्रिम पोखरी, पुराना ताल तथा पोखरीको निर्माण र संरक्षण गर्न 'एक वडा एक पोखरी' कार्यक्रमलाई अभियानको रुपमा सञ्चालन गरिने, पहाडका जिल्लामा छरिएर रहेका बस्तीलाई एकीकृत गर्न र बसाइसराइलाई निरुत्साहित गर्न घनाबस्ती र सहरउन्मुख क्षेत्रहरूमा बस्ती विकास तथा सहरी पूर्वाधार निर्माण कार्य विस्तार गर्दै लगिने, एक जिल्ला, एक नमुना बस्ती कार्यक्रमअन्तर्गत प्रदेशका प्रत्येक जिल्लामा कम्तीमा एउटा नमुना बस्ती विकासको लागि स्थानीय तहसँगको सहकार्य तथा साझेदारीमा सम्भाव्यता अध्ययन गरी क्रमशः कार्यान्वयन गरिने उल्लेख छ।

वन्यजन्तुबाट हुने सबै प्रकारका क्षतिको लागि राहत वितरण र बिमा कार्यक्रमलाई निरन्तरता दिइने, घाइते र विरामी वन्यजन्तुको संरक्षण गर्न उद्धार केन्द्र सञ्चालनमा ल्याई उद्धार एम्बुलेन्स सेवा सुरु गरिने उल्लेख छ।

दलित, जनजाति, अपाङ्गता भएका, विपन्न तथा सीमान्तकृत समुदायको शिक्षामा पहुँच सुनिश्चित गर्दै सामुदायिक विद्यालय सुदृढीकरणका लागि 'मेरो विद्यालय, मेरो दायित्व' अभियान विस्तार गरिने, प्राविधिक तथा उच्च शिक्षाको विकाससँगै लुम्बिनी प्राविधिक विश्वविद्यालयलाई उत्कृष्ट केन्द्रका रूपमा विकास गरिने नीति लिइने, महिला, बालबालिका, ज्येष्ठ नागरिक तथा अपाङ्गता भएका व्यक्तिको संरक्षण र सशक्तीकरणका कार्यक्रमलाई निरन्तरता दिइने छ। साथै, सिपमूलक रोजगारी प्रवर्द्धनका लागि प्रदेशभर स्किल्स म्यापिङ सुरु गरिने र सामाजिक रूपले पछाडि परेका समुदायका लागि लक्षित कार्यक्रम सञ्चालन गरिने उल्लेख गरिएको छ। सुरक्षित मातृत्व अभियानलाई निरन्तरता दिँदै दुर्गम क्षेत्रका गर्भवती तथा सुत्केरीका लागि निःशुल्क एम्बुलेन्स र हवाई उद्धार सेवा सञ्चालन गर्ने भएको छ। सुरक्षित प्रसूति सेवा विस्तार, ग्रामीण अल्ट्रासाउन्ड सेवा तथा जनसंख्या नीति कार्यान्वयनलाई प्राथमिकता दिइनेछ। 'नेपाल आरोग्य वर्ष २०२७' अन्तर्गत योग, ध्यान र मानसिक स्वास्थ्य प्रवर्द्धन कार्यक्रम अघि बढाइनेछ। प्रदेशका प्रमुख अस्पतालहरूको स्तरोन्नति, जलन, डायलाइसिस, क्यान्सर र मुटु रोग उपचार सेवाको विस्तार गरिने, डिजिटल स्वास्थ्य सूचना प्रणाली, मोबाइल एप र सामुदायिक स्वास्थ्य अभिलेख प्रणाली सुदृढ गरिने, आयुर्वेद र वैकल्पिक चिकित्साको प्रवर्द्धनसँगै स्वास्थ्यकर्मीको क्षमता विकास र दुर्गम क्षेत्रमा प्रोत्साहन कार्यक्रम सञ्चालन गरिने प्रदेश सरकारले जनाएको छ। स्वास्थ्य क्षेत्रमा राप्ती प्रादेशिक अस्पताललाई दुई सय शैयाको अस्पतालमा स्तरोन्नति गरिनेछ भने लुम्बिनी र राप्ती प्रादेशिक अस्पतालमा जलन उपचार सेवा विस्तार गरिनेछ।

लुम्बिनी प्रदेश सरकारले सेवा प्रवाहलाई छिटो, सरलीकृत र प्रविधिमैत्री बनाउन डिजिटल टोकन, फाइल ट्र्याकिङ र एकल विन्दु सेवा प्रणाली लागू गर्ने भएको छ। सुशासन प्रवर्द्धनका लागि प्रदेश सदाचार नीति तर्जुमा, तथ्यमा आधारित नीति निर्माण र तथ्याङ्क प्रणाली सुदृढीकरण गरिनेछ। कर्मचारी प्रशासनलाई पारदर्शी बनाउन सरुवा-बढुवा प्रणाली सुधार, प्रदेश किताबखाना स्थापना र डिजिटल अभिलेखीकरण गरिनेछ।

आयोजना बैंकमार्फत योजना छनोट र बजेट व्यवस्थापनलाई व्यवस्थित गरिनेछ। प्रदेश लोक सेवा आयोग सुदृढीकरण र अन्तरसरकारी समन्वयलाई प्रभावकारी बनाइने सरकारको नीति रहेको छ। कर्मचारी तथा शिक्षकहरूको वैयक्तिक विवरण विद्युतीय माध्यमबाट राख्न प्रदेश किताबखाना र सामाजिक सुरक्षा कोषमा आबद्ध नभएका कर्मचारीहरूको अवकाश भुक्तानीका लागि प्रदेश निवृत्तिभरण कोषको स्थापना गरिने नीति कार्यक्रममा समेटिएको छ।

सिद्धबाबा सुरुङमार्गमा असोजदेखि यातायात सञ्चालन गर्ने तयारी

बुटवल, जेठ ११। सिद्धार्थ राजमार्गअन्तर्गत बुटवल-पाल्पा सडकखण्डमा निर्माणाधीन सिद्धबाबा सुरुङमार्ग आगामी असोजदेखि सञ्चालनमा ल्याउने लक्ष्यसहित निर्माण कार्य तीव्र पारिएको छ। आयोजनाले सुरुङमार्गभित्रका संरचना निर्माण, पहुँच सडक र सुरक्षा व्यवस्थासम्बन्धी कामलाई एकसाथ अघि बढाएको जनाएको छ। आयोजनाका अनुसार सुरुङमार्गको हालसम्म भौतिक प्रगति ६८ प्रतिशत र वित्तीय चरणमा कानुनी तथा प्राविधिक जटिलताका कारण निर्माण कार्य प्रभावित भएको थियो। नेपालमा इपिसी मोडलको नयाँ अभ्यास भएकाले आवश्यक कागजात व्यवस्थापन, रुख कटान अनुमति तथा बजेट व्यवस्थापनमा देखिएका समस्याले केही समय ढिलाई भएको आयोजनाले जनाएको छ। हाल ती समस्या समाधानतर्फ उन्मुख रहेको र म्याद थप तथा 'माइलस्टोन' समायोजन प्रक्रिया अन्तिम चरणमा पुगेको पौडेलले बताए।

प्रगति ५८ प्रतिशत पुगेको छ। पाँच वर्षे निर्माण अवधि तय गरिएको उक्त आयोजना 'इन्जिनियरिङ प्रोक्युरमेन्ट एन्ड कन्स्ट्रक्सन' (इपिसी) मोडलमा निर्माण भइरहेको छ। यस 'मोडल'अन्तर्गत 'डिजाइन', स्वीकृति तथा निर्माणको सम्पूर्ण जिम्मेवारी निर्माण कम्पनीमै रहने व्यवस्था गरिएको छ।

आयोजनाका प्रमुख राजेश पौडेलले सुरुङमार्गमार्फत आगामी असोजसम्म यातायात सञ्चालन गर्ने लक्ष्यअनुसार कामलाई तीव्रता दिइएको जानकारी दिए। उनका अनुसार निर्माण सम्पन्न भएपछि पाँच वर्षसम्म सम्बन्धित निर्माण कम्पनीले सञ्चालन, मर्मतसम्भार तथा सुरक्षाको जिम्मेवारी बहन गर्नेछ। त्यसपछिको थप पाँच वर्ष 'ल्याटेन्ट डिफेक्ट लायबिलिटी पिरियड' (डिएलपी) का रूपमा रहने व्यवस्था गरिएको छ।

आयोजनाको प्रारम्भिक सुरुङमार्गसँगै निर्माण भइरहेको पहुँच सडकमा 'रिजिड पेभमेन्ट' गर्ने स्वीकृति प्राप्त भइसकेको छ।

सुरुङभित्रबाट यातायात सञ्चालन भएपछि बाहिरी जोखिमयुक्त क्षेत्रमा 'रकसेड' तथा भिर संरक्षणसम्बन्धी काम गरिने योजना रहेको आयोजनाले जनाएको छ। पैदलयात्रीका लागि 'रकसेड' भित्र सुरक्षित बाटो निर्माण गरिने तथा बाहिरी क्षेत्रमा खानेपानी व्यवस्थापनसमेत गरिनेछ। आयोजनाको प्रारम्भिक लागत अनुमान करिब रु.१० अर्ब रहे पनि प्रतिस्पर्धात्मक ठेक्का प्रक्रियामार्फत करिब रु.सात अर्बमा सम्झौता गरिएको हो। सिद्धार्थ राजमार्गको उक्त खण्ड पहिरो तथा भूक्षयका दृष्टिले जोखिमयुक्त मानिएकाले सुरक्षित यात्रा सुनिश्चित गर्नु तथा जनधनको क्षति न्यूनीकरण गर्नु सुरुङमार्ग निर्माणको मुख्य उद्देश्य रहेको आयोजनाले जनाएको छ।

करको दर घटाएर दायरा बढाउन उद्योगी व्यावसायीहरुको माग

बुटवल, जेठ ११ (मेसस)। रुपन्देहीका उद्योगी व्यावसायीहरुले करको दर घटाउन र दायरा बढाउन सरकारसँग माग गरेका छन्। बुटवल उद्योग वाणिज्य संघको सोमबार सम्पन्न भएको परिषद् सभामा वस्तुगत समितिका सभापति तथा प्रतिनिधिहरुले उद्योग-व्यवसायमा लाग्ने अत्यधिक करको भारले उद्योगी व्यवसायी थिचिएको बताउँदै त्यसबाट उठ्नका लागि करको दर घटाउन र दायरा बढाउन आग्रह गरेका हुन्।

त्यस्तै उनीहरुले अधिकतम खुद्रा मुल्य (एमआरपी), भिसिटिएस जस्ता कुराहरुलाई सरल र व्यवहारिक बनाउन पनि सुझाव दिएका छन्। 'सरकारले राजस्व अनुसन्धान हटायो, सँगसँगै एमआरपी थोपर्‍यो, सरकारले उद्योगी व्यवसायीलाई कुन पापको सजाय दिइरहेको छ ?' वस्तुगत समितिका सभापतिहरुले बुझाएको प्रतिवेदनमा प्रश्न गरिएको छ। संघमा २८ वटा वस्तुगत समिति रहेका छन्।

कार्यक्रममा बोल्दै नेपाल उद्योग वाणिज्य महासंघका नवनिर्वाचित वरिष्ठ उपाध्यक्ष सुरकृष्ण वैद्यले उद्योगी-व्यवसायीहरुले उठान गरेका समस्या समाधानका लागि महासंघले पहल गर्ने प्रतिबद्धता व्यक्त गरे। त्यसैगरी नेपाल उद्योग वाणिज्य महासंघ लुम्बिनी प्रदेश अध्यक्ष ठाकुरकुमार श्रेष्ठले उद्योगी व्यवसायीका भन्सारसँग जोडिएको समस्या धेरै रहेको बताउँदै नीतिगत तहमा पहल र पैरवी गर्न महासंघलाई आग्रह गरे।

त्यस अवसरमा बुटवल उद्योग वाणिज्य संघका अध्यक्ष तथा नेपाल उद्योग वाणिज्य महासंघका कार्यकारिणि समितिका सदस्य हरिप्रसाद अर्यालले उद्योगी व्यावसायीका लागि अधिकतम खुद्रा मूल्यमा सरकारको नीतिले धेरै समस्या भएको बताउँदै यो समस्या समाधानका लागि महासंघले जिम्मेवार भएर काम गर्ने बताए। कार्यक्रममा संघका महासचिव मुक्तिप्रसाद अधिकारीले संघले गरेका काम र भईरहेका प्रयासहरुको जानकारी सहितको प्रतिवेदन प्रस्तुत गरेका थिए। त्यस अवसरमा महासंघका कार्यकारिणी समिति सदस्य केशव भण्डारी, संघका पूर्वअध्यक्ष शंकरप्रसाद श्रेष्ठ, संघका वरिष्ठ उपाध्यक्ष टंकप्रसाद गैरे, तिलोत्तमा उद्योग वाणिज्य संघका वरिष्ठ उपाध्यक्ष सुरज पंगेनी, संघका उद्योग उपाध्यक्ष सुरज भट्टराई, वाणिज्य उपाध्यक्ष विमलराज भट्टराईलगायतले भनाइ राखेका थिए।

गणतन्त्र दिवसमा
प्रधानमन्त्रीले सम्बोधन नगर्ने

बुटवल, जेठ ११। अबदेखि गणतन्त्र दिवसमा राष्ट्रपतिले सम्बोधन गर्ने भएका छन्। अहिलेसम्म प्रधानमन्त्रीले गणतन्त्र दिवसमा सम्बोधन गर्ने कार्यक्रम थियो। यसपालिदेखि भने राष्ट्रपतिले गणतन्त्र दिवसका अवसरमा आयोजित तर्फबाट पहिलादेखि नै भइरहेको थियो तर पछिल्लो मन्त्रिपरिषद बैठकबाटै निर्णय गरेर निर्णय र समारोहलाई सम्बोधन गरिदिन आग्रह सहितको प्रधानमन्त्रीको पत्र प्राप्त भएको छ,' राष्ट्रपति कार्यालय स्रोतले भन्यो।

मन्त्रिपरिषद् निर्णय समारोहलाई सम्बोधन गर्ने भएका हुन्। सरकारले पछिल्लो मन्त्रिपरिषद्बाट गणतन्त्र दिवसमा आयोजित समारोहलाई राष्ट्रपतिले सम्बोधन गर्ने निर्णय गरेको थियो। 'गणतन्त्रको प्रतीक राष्ट्रपति हुनाले गणतन्त्र दिवसको समारोहलाई प्रधानमन्त्रीलेभन्दा राष्ट्रपतिले नै सम्बोधन गर्नु नै उपयुक्त हुन्छ भन्ने मौखिक आग्रह प्रधानमन्त्रीका र प्रधानमन्त्री शाहको अनुरोध पत्र बुझाउन मुख्य सचिव सुमनराज अर्याल आइतबार राष्ट्रपति भवन शीतल निवास पुगेका थिए। गणतन्त्र दिवसमा अबदेखि प्रधानमन्त्री नबोल्नेभन्दा पनि राष्ट्रपति बोल्ने भन्ने रूपमा यो निर्णयलाई लिनुपर्ने राष्ट्रपति कार्यालय स्रोतको भनाइ छ।

(बाँकी ४ पेजमा)

राष्ट्रिय दैनिक मेचीकाली
Mechikali Sandesh National Daily

सम्पादकीय

कहिले होला सुशासनको अनुभूति ?

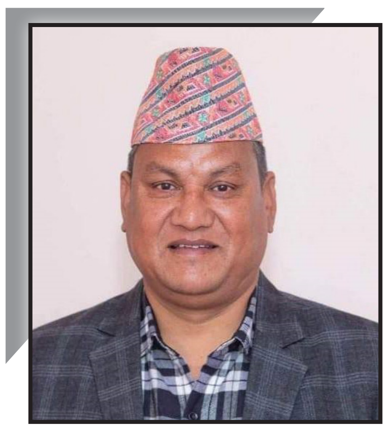
हामी सम्भावनामा धनी देशको गरिब नागरिक बनिरहेका छौं। सार्वजनिक ऋण पनि दिनहुँ बढिरहेको छ। राजनीतिक अस्थिरताका कारणले विकास निर्माणका हरेक काम प्रभावित छन्। युवाहरुमा राजनीतिप्रति चरम वितृष्णा र निराशा छ। स्वदेशमा भविष्य नदेखेर विदेश पलायन हुनेको संख्या दिनदिनै बढिरहेको छ। विकासमा दूरदृष्टि र योजनाको अभाव छ। सम्भावनाको कमी नहुँदानहुँदै पनि विकासका काम प्रभावकारी हुन सकिरहेका छैनन्। यसले सर्वत्र निराशा र आक्रोस बढाइरहेको छ।

हाम्रो समृद्धिको एउटा आधार भनेको जलस्रोत हो। तर, जलस्रोतको समुचित सदुपयोग गर्नेतर्फ हाम्रो ध्यान गएको छैन। योजना बनाउनमै चरम राजनीतिकरण र पूर्वाग्रही मानसिकता हाबी भइरहेको छ। राज्य सञ्चालनको तहमा पुगेकाहरु सबै गलत छैनन् तर सबै सही पनि देखिएनन्। काम गर्न खोज्ने, योजनालाई कसरी अघि बढाउने भनेर सोंच राख्नेलाई काम गर्नै दिइँदैन। जलसम्पदाका सम्भावनालाई कसरी साकार पार्ने भनेर लाग्नुपर्नेमा चीन र भारतलाई दिने होड बढी देखिन्छ। विडम्बना नै भनौं कसरी हुन्छ छिमेकी खुशी पार्नेतर्फ मात्रै तँछाडमछाड जारी छ।

हामीकहाँ ३ किलोमिटर सडक १२ वर्षमा पनि पूरा नभएर टेन्डर रद्द गर्नुपर्ने र त्यसरी पुनः सुरु भएको काम पनि अलपत्रकै हालतमा जाने ताजा दृष्टान्त बुटवलको राजमार्ग चौराह-गोलपार्क खण्डलाई हेरे पुग्छ। उता छिमेकी मुलुक भारतमा एक सय घण्टामा एक सय किमी सडक पिच गरेर विश्व कीर्तिमान बनाएको छ। त्यहाँका राजमार्ग, त्यहाँका बस्ती विकास, त्यहाँको कृषि उद्यम र सामाजिक एकतासहितको राष्ट्रियताका लागि त्यहाँका जनताको समर्पण हाम्रो मुलुकका लागि अनुसरण गर्न लायक छ। तर, त्यस्ता विषयमा अनुसरण हुँदैन। विलासिता र शान देखाउने अनुत्पादक क्षेत्रमा मात्रै ज्यादा चासो जान्छ।

हामीकहाँ विडम्बनाकै रुपमा हरेक क्षेत्रमा बेथिति व्याप्त भएको छ। कुनै पनि योजना समयमा सम्पन्न हुँदैनन्। सार्वजनिक खरिद ऐनका कतिपय गलत प्रावधानहरुलाई सुधार्दै विकास निर्माणका कामलाई प्रभावकारी बनाउन जरुरी छ। नेतृत्वमा इच्छाशक्ति र प्रतिबद्धताको खाँचो छ र त्यस्ता प्रतिबद्धताको कार्यान्वयनको खाँचो छ। आखिर देशले मुहार फेर्ने कहिले हो ? कहिले हो सुशासनको अनुभूति हुने ? जनतामा आशाका किरण छाउने कहिले हो ? आपसमै लडिरहने हो कि काम पनि गर्ने हो ? के राजनीति भनेकै बेइमानी, बेथिति, विकृति, पूर्वाग्रह र निराशा मात्रै हो र ? यसतर्फ नेतृत्वको ध्यान जान जरुरी छ।

बौद्ध सजगता: तनाव व्यवस्थापनको वैज्ञानिक उपाय



भरत केसी

विश्व स्वास्थ्य सङ्गठन (डब्लुएचओ) को सन् २०२१ मा प्रकाशित तथ्याङ्क अनुसार विश्वमा एक अर्बभन्दा बढी मानिस पागलपन, डिप्रेसन, चिन्ता, वाइपोलार डिसअर्डर, हाइपर एक्टिभिटीजस्ता कुनै न कुनै मानसिक समस्याका साथ गुज्रिरहेका छन्। यो संख्या विश्वको कुल १४ प्रतिशत हुन आउँछ। यसमा पनि पुरुष (पुरुष १३ प्रतिशत) भन्दा महिलाको संख्या (१४.८ प्रतिशत बढी रहेको देखिन्छ। यस्तो समस्या नेपालमा पनि डरलाग्दो तरिकाले बढ्दै गएको देखिन्छ। डब्लुएचओले नेपालमा करिब २२ लाख व्यक्ति विभिन्न मानसिक स्वास्थ्य समस्याबाट प्रभावित रहेको प्रक्षेपण गरेको छ। सङ्गठनका अनुसार चारमध्ये एक युवा र पाँचमध्ये एक बालबालिका कुनै न कुनै मानसिक स्वास्थ्य समस्याबाट पीडित छन्।

मानव समाजमा रहेको तीव्र अस्वस्थ्य प्रतिस्पर्धा, अव्यवस्थित जीवनशैली, आर्थिक, सामाजिक असुरक्षा, सामाजिक दबाब तथा व्यक्तिगत सम्बन्धहरूमा देखिने असहमति जस्ता समस्याका कारण समाज हरेक खालका मानसिक समस्याले ग्रसित छ। मानिसमा अनावश्यक महत्वकांक्षा, आधुनिकीकरणको सामाजिक प्रभाव, आर्थिक लाभका लागि मानिसले अपनाउने उपायहरु, लागुऔषध दुर्व्यसनी, यौनहिंसा, सामाजिक हिंसा, विभेदजस्ता सामाजिक हितविरुद्धका कार्यले मानव समाजलाई नकारात्मक बाटोतर्फ डोऱ्याउँदै लगेको पाइन्छ। परिणामस्वरुप मानिसहरूमा दिन प्रतिदिन मानसिक तनाव, चिन्ता, अवसादजस्ता मानसिक समस्या तीव्र रूपमा बढिरहेका छन्।

डब्लुएचओका अनुसार मानसिक स्वास्थ्य आजको प्रमुख चुनौतीको रूपमा देखापरेको छ। यस्तो मानसिक स्वास्थ्यको चुनौतीलाई न्यूनीकरण गर्न र मानव समाजलाई सकारात्मक दिसातर्फ अगाडि बढाउन पूर्वीय दर्शन विशेषगरी बौद्ध दर्शनले प्रस्तुत गर्ने मनको सजगताको अवधारणाले प्रभावकारी मार्ग प्रस्तुत गर्दछ। बौद्ध सजगताका सिद्धान्तहरूले आधुनिक संसारमा कसरी प्रभावकारी रूपमा तनाव कम गर्न र समग्र कल्याणलाई बढावा दिन सक्छन् भन्ने बताउँछ। बौद्ध शिक्षाहरूमा आधारित सचेतना अभ्यास आधुनिक समाजमा परेको प्रभावलाई परीक्षण गर्दै, तनाव व्यवस्थापन, भावनात्मक नियमन र सामान्य स्वास्थ्यका लागि प्रभावकारी काम गरेको विभिन्न अध्ययनले पुष्टि गरेको छ। बौद्ध दर्शनमा प्रस्तुत मनको सजगताले प्राचीन पूर्वीय ज्ञान र आधुनिक पश्चिमी विज्ञानको मिलनले आधुनिक जीवनको व्यस्तता र मानसिक तनाव व्यवस्थापनमा एक शक्तिशाली आधार प्रदान गरेको छ।

बौद्ध दर्शनमा मनको सर्वोच्च स्थान

बौद्ध दर्शनमा मन सजगताको दृष्टिकोणबाट आधुनिक मनोवैज्ञानिक तनावको समाधानलाई बुझ्न सकिन्छ। बौद्ध दर्शनमा मन अथवा चित्तको विशेष महत्व छ। बुद्ध स्वयंले भनेका छन्,'संसार त्यो हो जो हामीले आफ्नो मनमा देख्ने गर्छौं।' धम्मपदको प्रथम पदमा लेखिएको छ,'सबै कुराभन्दा अघि मन हुन्छ, सबै कुरालाई मनले डोऱ्याएर लान्छ, सबै कुरालाई मनले बनाउने गर्छ।' बौद्ध धर्ममा मनलाई सबै कुरा बुझ्ने र अनुभव गर्ने मुख्य आधार मानिन्छ। आजको आधुनिक समाजमा मानिसहरूको जीवनशैली अत्यन्त व्यस्त र प्रतिस्पर्धात्मक बनेको छ। अहिलेको यो प्रतिस्पर्धात्मक समाजमा मानिसहरू धेरै तनाव, चिन्ता र मानसिक दबाबमा जीवन व्यथित गरिहेका छन्। कामको दबाब, आर्थिक चिन्ता, सामाजिक अपेक्षा र व्यक्तिगत समस्याहरूका कारण धेरै मानिसहरू मानसिक तनाव, चिन्ता र अवसाद, डिप्रेसन जस्ता समस्याबाट जुधिरहेका छन्।

मानिसको जीवन अहिले यति धेरै व्यस्ततामा बितेको छ की समय निकालेर एकछिन पनि आफ्नो समाज, परिवार र सन्ततिका बिषयमा सोच्ने फुर्सद पनि हुँदैन। अनि ऊ समाज, परिवार, आफन्त र सन्ततिबाट बिस्तारै टाढिदै गएको पत्तै पाउँदैन। जतिबेला उसले यस विषयको महसुस गर्छ परिस्थिति धेरै फरक भइसकेको हुन्छ। अनि उसमा तनाव, चिन्ताको अवस्था बढ्दै मानसिक समस्यामा पुग्दछ र मानिसमा एन्जाइटी, डिप्रेशनलगायतका अनेकन मानसिक समस्या उत्पन्न हुन्छ।

आधुनिक समाजमा तनावको प्रमुख कारण मानिसमा भविष्यको चिन्ता र विगतमा गरिएका क्रियाकलाप या विगतमा गर्न नसकेका काममा अनावश्यक पछुतो हो। मानिसले विगतका गरेका क्रियाकला न त पछुतो मानेर सुधार्न सक्छ न विगतमा गर्न नसकेका कामलाई पूरा गर्न सक्छ। तर, मानिसहरू प्रायः वर्तमान जीवनलाई कसरी सकारात्मक र सुन्दर बनाउने नभई या त विगतका घटनामा अल्झिएका हुन्छन् वा भविष्यको अनिश्चितबारे चिन्तित हुन्छन्।

आधुनिक समाजमा तनावपूर्ण जीवन व्यतीत गरिरहेका मानिसलाई सजगताका माध्यमबाट तनाव, चिन्ता र मानसिक दबाबबाट मुक्त हुने सजगताको अभ्यास उत्तम रहेको कुरा बौद्ध दर्शनमा उल्लेख छ। सजगताको अभ्यासले मानिसलाई वर्तमान क्षणमा केन्द्रित गराउँछ, जसले अनावश्यक चिन्ता र तनाव कम गर्न मद्दत गर्दछ। यस्तो अभ्यासले जीवनलाई कसरी सकारात्मक र सुन्दर बनाउने भन्ने मार्गनिर्देश गर्दछ।

सजगता कुनै नयाँ फेशन वा केवल उपचार विधि होइन। यो हजारौं वर्षदेखि विकसित भएको चेतनाको अनुशासन हो। यसले मानिसलाई प्रतिक्रियात्मक जीवनबाट उत्तरदायी र सचेत जीवनतर्फ डोऱ्याउँछ। आधुनिक विज्ञानले यसको उपयोगितालाई प्रमाणित गरेको छ तर यसको पूर्ण अर्थ तब मात्र प्रकट हुन्छ जब यसलाई नैतिकता, विवेक र आत्मबोधसँग जोडेर बुझिन्छ। यसैले सजगता भनेको पूर्वीय दर्शन र आधुनिक विज्ञानबीचको एक सशक्त सेतु हो, यसले मानिसलाई बाह्य प्रगति र आन्तरिक परिपक्वताको सन्तुलन कायम राख्ने मार्गमा डोऱ्याउँछ।

सजगता वा सम्यक् स्मृति

बौद्ध दर्शनका अनुसार सजगता भनेको वर्तमान क्षणमा बिना कुनै निर्णय आफ्नो विचार, भावना, शारीरिक संवेदना र वरपरको वातावरणप्रति पूर्ण सचेतता राख्नु हो। यो केवल ध्यानको एक प्रकार मात्र नभएर बरु जीवन जिउने एउटा उत्तम तरिका हो। बुद्ध दर्शनमा सजगता आर्य अष्टाङ्गिक मार्गको एक आधारस्तम्भ हो, जसलाई सम्यक् स्मृति भनिन्छ। सतिपट्ठान सुत्तमा सजगताका चार आधार तय गरिएको छ। यसलाई विपश्यनाका आधार पनि मान्न सकिन्छ। यिनको सजगतापूर्वक अवलोकननै दुःख निवृत्तिको प्रत्यक्ष मार्गका रूपमा वर्णन गरिएको छ। बौद्ध दर्शनमा सजगतालाई चार प्रमुख प्रकारका रुपमा उल्लेख गरिएको छ।

१.कायानुपस्सनाः आफ्नो शरीरलाई बुझ्ने। आफ्नो शरीरका हरेक क्रियाकलापहरू (जस्तैः श्वासप्रश्वास, हिँडडुल, बसाइ, उठाइ) प्रति पूर्णरूपमा सजग रहनु नै कायानुपस्सना हो।

२. वेदनानुपस्सनाः यसले वेदना अर्थात् शरीर र मनमा उत्पन्न हुने सुखद, दुःखद वा उदासीन वेदनाहरूमा आसक्ति नराखी तटस्थ भएर नियाल्नुपर्ने कुराको वकालत गर्दछ।

३. चित्तानुपस्सना : मनको अवस्थालाई सङ्केत गर्दछ। आफ्नो मनको वर्तमान अवस्था कस्तो छ (जस्तैः मनमा क्रोध छ कि शान्ति, चञ्चलता छ कि एकाग्रता) भनी स्पष्ट रूपमा चिन्नु र होस राख्नु नै चित्तानुपस्सना हो।

४. धम्मानुपस्सनाः यसअन्तर्गत धम्म तत्व निरीक्षण पर्दछन्। मनमा आउने विचारहरू, पञ्च विकार र चार आर्य सत्यजस्ता आध्यात्मिक सत्यहरूलाई प्रज्ञा र विवेकका साथ बुझ्नु नै धम्मानुपस्सना हो।

पूर्वीय दर्शनमा मनको सजगताको लक्ष्य मुक्तिक र आत्मवोध हो, जबकि आधुनिक विज्ञानमा यसको लक्ष्य प्रायः कल्याण, उत्पादकत्व र मानसिक स्वास्थ्यमा सीमित देखिन्छ तर दुवै दृष्टिकोणबिच गहिरो समानता पनि छ। यस सदर्भमा बुद्ध दर्शनले दुःखको मूल कारण अविद्या र तृष्णा ठान्छ, त्यहाँ आधुनिक मनोविज्ञानले दुःखको कारण स्वचालित नकारात्मक सोच र अनियन्त्रित भावनात्मक प्रतिक्रिया ठान्छ। यसर्थ, आधुनिक विज्ञान मनसजगताको प्रभाव पुष्टि गर्ने साधन हो भने परम्परागत दर्शन यसको अन्तिम उद्देश्य स्पष्ट गर्ने आधार हो।

आधुनिक विज्ञानले माइन्डफुलनेसलाई मुख्यतः स्नायुविज्ञान र मनोविज्ञानको दृष्टिकोणबाट अध्ययन गरेको छ। जोन कबाट जिन जस्ता विद्वान्ले विकास गरेको सचेतनतामा आधारित तनाव न्यूनीकरण वा मनोयोगमा आधारित तनाव व्यवस्थापन कार्यक्रमपछि यस क्षेत्रमा वैज्ञानिक अनुसन्धान तीव्र भएको देखिन्छ।

परम्परागत सजगता र आधुनिक मनोविज्ञान

बौद्ध दर्शनमा सजगताको दृष्टिकोण र आधुनिक मनोवैज्ञानिक तनाव व्यवस्थापनको समाधान खोज्दा केही गम्भीर समस्या र चुनौतीहरू पनि देखापरेका छन्। आधुनिक मनोविज्ञानले सजगतालाई यसको मूल नैतिक र दार्शनिक आधारबाट अलग गरेर केवल एउटा प्रविधिको रूपमा मात्र प्रयोग गरिरहेको छ। बौद्ध दर्शनमा सजगता अर्थात् सम्यक् स्मृतिलाई अष्टाङ्गिक मार्गको एक हिस्साको रुपमा प्रस्तुत गर्दछ। बौद्ध दर्शनको दृष्टिकोणमा यसलाई शील (नैतिकता) र प्रज्ञा (ज्ञान) सँग जोडिएको हुन्छ।

आधुनिक समाजमा सजगतालाई विज्ञानका रुपमा प्रयोगमा ल्याउन खोज्दा अनेक चुनौती देखापरेका छन्। सजगतालाई बौद्ध दर्शनबाट अलग गर्ने प्रक्रिया विज्ञान र धर्मबिचको संवादबाट उत्पन्न भएको हो। ती चुनौतीलाई सहज रुपले अन्त्य गर्न आधुनिक विज्ञान र बौद्ध दर्शनलाई जोडेर लैजानसके सकारात्मक परिणाम निकाल्न सकिन्छ।

आधुनिक मनोविज्ञानले तत्काल राहत दिन्छ तर गहिराई पुग्दैन र बौद्ध दर्शनले पूर्ण समाधान दिन्छ तर यो बुझ्न र अभ्यास गर्न कठिन छ। बौद्ध दर्शनका दृष्टिकोणमा आधुनिक समाजमा कतिपयले विशुद्ध धार्मिक मानेर पन्छाउँदा वैज्ञानिक दृष्टिकोणबाट फाइदा लिन सकिँदैन। आधुनिक मनोवैज्ञानिक दृष्टिकोणमा समस्यालाई सतही रुपले समाधानको विधि अवलम्बन गर्ने प्रयास हुने गर्दछन्।

सजगता प्रक्रियालाई आधुनिक समाजमा व्यापारीकरण अर्थात् एउटा 'प्रोडक्ट' वा 'लाइफ-ह्याक' को रूपमा व्यापारीकण गर्ने गरिएको छ। अर्थात् बजारमा बिक्रीका लागि राखिएको वस्तु जस्तै बनाइएको छ, जसकारण यसको वास्तविक गहिराइ र नैतिक मूल्यहरू क्रमशः हराउँदै गएर क्षणिक शान्तिको साधन मात्र बनेको छ। आधुनिक समाजमा सजगतालाई बजारमा एउटा उत्पादित बस्तु जस्तै बनाएर बजारमा बिक्री गर्ने साधन वा तनाव विषयलाई सामाजिक र आर्थिक कारणलाई सम्बोधन गर्नुको साटो व्यक्तिलाई मात्र सञ्चो बनाउने कर्पोरेट स्वार्थ पूरा गर्ने व्यवसायीकरण माध्यम भइरहेको छ।

सजगता प्रक्रियालाई धेरैले बौद्ध दर्शनको निष्कृयता वा संसारबाट भाग्ने माध्यमका रूपमा बुझ्छन् तर यसले वर्तमानमा सचेत भएर जिम्मेवारी पूरा गर्न सिकाउँछ। अभ्यासकर्ताले तुरुन्तै 'निर्वाण' वा पूर्ण शान्ति पाउने ठुलो अपेक्षा राख्दा, तनाव कम हुनुको साटो झन् मानसिक दबाब बढ्ने गरेको पाइन्छ।

दैनिक जीवनमा गरिने 'आनापानसती' (श्वासप्रश्वासको सजगता) अभ्यासले कार्यस्थलमा हुने मानसिक तनाव कम गर्न महत्वपूर्ण भूमिका खेल्छ। बौद्ध सजगता अभ्यासले व्यक्तिमा 'करुणा' र 'उपेक्षा' को विकास गराई आधुनिक मानसिक चिन्तालाई सकारात्मक मार्गमा रूपान्तरण गर्छ। यसका परम्परागत विधिहरूलाई आधुनिक 'डिजिटल तनाव' व्यवस्थापनमा अनुकूलन गर्न सकिन्छ। बौद्ध धर्मको 'अनित्य' को बोधले आधुनिक समाजमा हुने 'भविष्यको डर' र तनावलाई कम गर्न मद्दत पुऱ्याउँछ।

न्यूरो-वैज्ञानिक दृष्टिकोण अनुसार आधुनिक साहित्यले सजगता अभ्यास र मस्तिष्कको संरचनामा आउने परिवर्तन 'न्युरोप्लास्टिसिटी' बिचको सम्बन्धलाई जोड दिन्छ। नियमित सजगता अभ्यासले 'मस्तिष्कको पूर्वनिर्धारित अवस्थाको सञ्जाल' वा 'निष्क्रिय अवस्थाको मानसिक नेटवर्क' को सक्रियता घटाउँछ, जसले गर्दा अनावश्यक सोच्ने र चिन्ता गर्ने प्रवृत्ति कम हुन्छ। बुद्धले सिकाएको 'सम्यक् स्मृति' लाई आजका मनोवैज्ञानिकहरूले 'सचेतनामा आधारित तनाव न्यूनीकरण' अर्थात् 'मनोयोगमा आधारित तनाव व्यवस्थापन' र 'सचेतनतामा आधारित संज्ञानात्मक उपचार पद्धति' जस्ता विधि मानसिक स्वास्थ्यका लागि प्रभावकारी मानिएका छन्।

बौद्ध दर्शन र आधुनिक मनोविज्ञान दुवैको लक्ष्य दुःख कम अर्थात् मनमा स्थिरता कायम राख्नु र कल्याण बढाउनु हो। यद्यपि बौद्ध दर्शन र आधुनिक मनोविज्ञान बीच केही आधारभूत भिन्नताहरू पनि रहेका छन्। बौद्ध दर्शनमा सजगता 'निर्वाण' वा पूर्ण मुक्ति प्राप्त गर्ने एउटा बृहत नैतिक मार्गको हिस्सा मानिन्छ तर आधुनिक मनोविज्ञानमा यसको प्रयोग मुख्यतया तनाव कम गर्ने, एकाग्रता बढाउने र भावनात्मक नियन्त्रणका लागि गरिन्छ भन्ने मान्यता राख्दछ।

सजगताको अभ्यासलाई दैनिक जीवनमा समावेश गरेर मानिसहरूले शान्त, स्वस्थ र सन्तुलित जीवनयापन गर्न सक्छन्। बौद्ध धर्मको यो दृष्टिकोण केवल धार्मिक मात्र नभई वैज्ञानिक र व्यावहारिक रूपमा पनि अत्यन्त उपयोगी बन्दै गएको छ। यसर्थ, आधुनिक विज्ञान सजगताको प्रभाव पुष्टि गर्ने प्रमुख साधन बनेको छ जबकि परम्परागत दर्शन यसको अन्तिम उद्देश्य स्पष्ट गर्ने आधार हो। सजगता हजारौं वर्षदेखि विकसित भएको चेतनाको अनुशासन हो।

आधुनिक विज्ञानले यसको उपयोगितालाई प्रमाणित गरेको छ तर यसको पूर्ण अर्थ तब मात्र प्रकट हुन्छ जब यसलाई नैतिकता, विवेक र आत्मबोधसँग जोडेर बुझिन्छ। सजगता अभ्यासले तनाव कम गर्ने, ध्यान सुधार गर्ने, भावनात्मक नियमन गर्ने र समग्रमा मानसिक स्वास्थ्यलाई बलियो बनाउने क्षमता राख्छ। यसले मानिसको मस्तिष्कलाई लचिलो र अनुकूलनीय बनाउँदै, अझ राम्रो जीवन जिउनका लागि सशक्त बनाउँछ। त्यसैले, केही मिनेट मात्र भए पनि हरेक दिन 'माइन्डफुलनेस' अभ्यास गरेर हामी आफ्नो मस्तिष्कलाई अझ स्वस्थ र आफ्नो जीवनलाई अझ शान्त बनाउन सक्छौं।

'किवानिजद्वारा शैक्षिक सामग्रीसहित पोशाक प्रदान

बुटवल, जेठ ११ (मेसस)। बालबालिकाको क्षेत्रमा काम गर्दै आएको 'किवानिज क्लब अफ रुपन्देही लुम्बिनी' ले सरकारी विद्यालयमा अध्ययन गर्ने बालबालिकाको शिक्षाको गुणस्तर सुधारको लागि गुल्मीको सत्यवती गाउँपालिकाका दुई सरकारी विद्यालयमा अध्ययनरत विद्यार्थीहरुलाई शैक्षिक र खेलकुदका सामग्रीसहित पोशाक प्रदान गरेको छ। क्लबले आफ्नो नियमित कार्यक्रमअन्तर्गत गुल्मी जिल्लाको सत्यवती गाउँपालिका वडा नं. ७ जुनियामा रहेको जुनिया माध्यमिक विद्यालय र हेमन्त आधारभूत विद्यालयमा अध्ययनरत विद्यार्थीहरुलाई शैक्षिक तथा खेलकुदका सामग्रीसहित पोशाक प्रदान गरेको हो।

विद्यार्थीहरुमा नियमित पठनपाठनसंगै अतिरिक्त ज्ञानको बिकासको लागि गुल्मीका यी विद्यालय छनौट गरी विद्यार्थीहरुलाई शैक्षिक सामग्री र पोशाक प्रदान गरिएको क्लवका अध्यक्ष गोबिन्द भुसालले बताए। उनले भने,'नियमित पठनपाठनसँगै बालबालिकामा अतिरिक्त ज्ञानको विकासको लागि रुपन्देही र गुल्मीका ग्रामीण क्षेत्रका विद्यालय छनौट गरी क्लबले नियमित रुपमा शैक्षिक सामग्री र पोशाक बितरण गर्दै आइरहेको छ।'

'सर्भिङ द चिल्ड्रेन अफ द वर्ड' भन्ने नारासहित सञ्चालित क्लवले बालबालिकाको शिक्षा र स्वास्थ्यको क्षेत्रमा काम गर्दै आइरहेको र सोहीअनुसार क्लबले यस्ता विद्यालय छनौट गरेर विद्यालयमा अध्ययनरत बालबालिकाको शैक्षिक गुणस्तर सुधारको लागि काम गर्ने गरेको क्लबका संस्थापक अध्यक्ष दिपेश शाहीले बताए। विद्यार्थीहरुमा शैक्षिकसहित अतिरिक्त शारीरिक विकासका लागि आवश्यक्ता हेरी खेलकुदका सामग्री, विद्यालय पोशाक, झोला, कापी तथा कलमलगायतका शैक्षिक सामागि प्रदान गर्दै आएको शाहीले बताए।

बालबालिकाको शैक्षिक गुणस्तर सुधारको लागि क्लबले गुल्मीको सत्यवती गाउँपालिका वडा नं. ७ मा रहेका जुनिया माध्यमिक विद्यालय र हेमन्त आधारभूत बिद्यालय तथा रुपन्देही जिल्लाको तिलोत्तमा नगरपालिकास्थित विभिन्न सरकारी विद्यालयहरुमा क्लवले शैक्षिक कार्यक्रम सञ्चालन गर्दै आएको छ।

बालबालिकाको शैक्षिकसँगै अतिरिक्त क्षमताको विकास गर्नका लागि क्लबले सुविधाको पहुँच भन्दा टाढा रहेका विद्यालय छनौट गरेर यस्ता कार्यक्रम सञ्चालन गर्दै आएको क्लबका निर्वाचित उपाध्यक्ष निरन्जन धितालले बताए।

विद्यार्थीलाई चोयाको सामग्री बनाउने सिप प्रदान

म्याग्दी, जेठ ११। म्याग्दीको बेनी नगरपालिका-१० पात्लेखेतमा रहेको दीपक माविका विद्यार्थीहरूलाई वातावरणमैत्री चोयाका सामान बनाउने सिप संरक्षण र हस्तान्तरण गर्न थालिएको छ। विद्यार्थीलाई मौलिक र परम्परागत सिप हस्तान्तरण, संरक्षण र वातावरणमैत्री चोयाका सामग्रीको प्रयोग बढाउने उद्देश्यले डोको, दाम्लो, स्याखु निर्माणसम्बन्धी तालिम सञ्चालन भएको हो। बेनी नगरपालिकाको 'हामी सक्छौं, हामी गर्छौं' कार्यक्रममार्फत कक्षा ९ र १० का विद्यार्थीहरूलाई तालिम सञ्चालन गरिएको दीपक माविका सहायक प्रधानाध्यापक विजय सुवेदीले बताए।

एक महिनासम्म सञ्चालन हुने तालिममा २० जनाभन्दा बढी विद्यार्थीहरू सहभागी भएका छन्। स्थानीय मनबहादुर परियारले पठनपाठन हुनेबाहेकको समयमा दैनिक एक घण्टाका दरले निगालोबाट चोया बनाउने र विभिन्न सामग्री बुन्ने सिप सिकाएका छन्। निगालो र बाँसको चोयाबाट डोका, नाङ्लो, डाली, थुन्से, भकारी, नाम्लो, दाम्लो बनाउन सिकाइने सहायक प्रअ सुवेदीले बताए। अघिल्लो पुस्ताका नागरिकको मृत्यु, नयाँ पुस्ताका युवायुवतीमा ज्ञान, सिप हस्तान्तरण नभएको र प्लास्टिकबाट बनेका सामग्रीको बढ्दो प्रयोगका कारण चोयाबाट बनेका सामग्री र सिप लोप हुने अवस्थामा पुगेको छ। सामान भण्डारण र ढुवानीमा प्रयोग हुने चोयाका सामग्री वातावरणमैत्री हुन्छन्।

प्लास्टिकका सामानका कारण प्रदूषण बढेकाले चोयाबाट बनेका सामग्री प्रयोगमा ल्याउन विद्यार्थीहरूको मागबमोजिम सिप हस्तान्तरण गर्न लागिएको हो। प्रतिडोकालाई रु.एक हजारदेखि दुई हजार ५०० मूल्य पर्छ। गाउँमै रहेको कच्चा पदार्थको प्रयोगबाट आत्मनिर्भर र वायु प्रदूषण बढाउने प्लास्टिकजन्य सामानको आयात घटाइ आयआर्जनको अवसर सिर्जना हुने अपेक्षा गरिएको छ। बेनी नगरपालिकाले विद्यार्थी र शिक्षालाई सिप र श्रमसँग जोड्न माध्यमिक तहमा अध्ययन गर्ने विद्यार्थीलाई विद्यालयमै सिप सिकाउन 'हामी सक्छौं, हामी सक्छौं' कार्यक्रमलाई चार वर्षयता निरन्तरता दिँदै आएको छ। 'हाउस

वायरिङ', 'प्लम्बिङ,' कपाल काट्ने, अतिथि सत्कार, खाना पकाउने, प्रेसर कुकर बनाउनेलगायत सिपमूलक तालिम सञ्चालन गर्न नगरपालिकाले १४ वटा विद्यालयलाई चालू आर्थिक वर्षमा रु.एक लाखका दरले बजेट उपलब्ध गराएको नगरप्रमुख सुरत केसीले बताए।

पुष्प सहकारीद्वारा सहकारी शिक्षा तालिम

बुटवल, जेठ ११ (मेसस)। बुटवल-७ दीपनगरस्थित पुष्प बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्था लिमिटेडले विभिन्न कार्यक्रम गरी २७ औं स्थापना दिवस मनाएको छ। सोही अवसरमा सहकारी शिक्षा तालिम तथा अभिमुखीकरण कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ। संस्थाले आफ्नो स्थापना दिवसलाई रचनात्मक कार्यका साथ मनाउने उद्देश्यले पदाधिकारी, कार्यसमिति, लेखापरीक्षण समिति, विभिन्न उपसमिति तथा कर्मचारीहरूका लागि तालिम आयोजना गरेको संस्थाका अध्यक्ष रामप्रसाद पाण्डेले बताए। कार्यक्रममा सहकारी क्षेत्रका समसामयिक विषयमा छलफल तथा प्रशिक्षण दिइएको थियो।

कार्यक्रममा राष्ट्रिय सहकारी बैंक लिमिटेड बुटवल शाखाका प्रमुख नारायण बेल्वासेले सहजीकरण गरेका थिए। तालिमका सहभागीहरूले सहकारीको सुशासन र कानुनी प्रावधानबारे सिकेका कुराहरूलाई संस्थाको दैनिक कार्यसम्पादन र व्यवसायिकतामा लागू गर्ने प्रतिबद्धता व्यक्त गरेका थिए। संस्थाका उपाध्यक्ष चुडामणि पौडेलको स्वागत तथा सचिव विष्णु केसीको सञ्चालनमा कार्यक्रम भएको थियो।

गणपति मिष्ठान्नद्वारा आफ्नो ब्राण्डको दुरुपयोग गरेको गुनासो

बुटवल, जेठ ११ (मेसस) । बुटवलमा विगतमा करिब साढे दुई दशकदेखि व्यावसायिक यात्रा सुरु गरेको गणपति मिष्ठान्न भण्डारले आफ्नो ब्राण्ड दुरुपयोग भएको गुनासो गरेको छ। गणपतिका सञ्चालक राजेन्द्र गौतमले सोमबार पत्रकार सम्मेलन गरी विभिन्न व्यावसायीहरुले आफ्नो ब्राण्ड दुरुपयोग गर्दा बजारमा नकारात्मक सन्देश गएको उल्लेख गरे।

वि.सं.२०५९ सालदेखि बुटवलको ट्राफिक चोकस्थित रात्री बस काउन्टरको नजिकैमा सञ्चालनमा आएको यो पसलको हाल बुटवल उपहानगरपालिका-१३ जितगढीमा समेत दुई ठाउँमा मात्रै पसल सञ्चालनमा रहे पनि अन्य व्यक्तिहरुले समेत गणपतिको नाममा पसल सञ्चालनमा ल्याएको सञ्चालक गौतमले बताए । बुटवल जितगढीमै उत्पादन उद्योग रहेको यस मिष्ठान्न भण्डारले गुणस्तरीय र स्वच्छतालाई विशेष ध्यान दिएको बताउँदै सञ्चालक गौतमले आफ्नो नाममा खोलिएका अन्य पसलहरुमा भेटिने कमजोरीहरुको समेत आलोचना सुन्नुपरेको गुनासो गरे। गौतमले सञ्चालन गरेको पसल तथा उद्योगबाट करिब २ दर्जन व्यक्तिहरुले प्रत्यक्ष रोजगार प्राप्त गरेका छन् ।

सञ्चालक गौतमले प्रतिलिपि अधिकार दुरुपयोग भएको गुनासोसहित बुटवल उपमहानगरको न्यायिक समितिमा उजुरी दिए पनि हालसम्म कुनै सुनुवाई नभएको बताए । घरेलु तथा साना उद्योग कार्यालय बुटवलमा दर्ता गरिएको पसलको लोगो तथा नामअनुसार नै अन्य व्यवसायीहरुले नक्कल गरी प्रतिलिपि अधिकार २०५९ विपरीत गरिएको उनको गुनासो छ। आफ्नो ब्राण्डको नक्कल गरेका कुनै पनि व्यवसायीहरुले हालसम्म आफूसँग अनुमती नलिएको बताउँदै उनले गणपतिको नाममा नक्कलीबाट सजग रहन ग्राहकहरुलाई आग्रह समेत गरे । प्रतिलिपि अधिकार २०५९ अनुसार कुनै पनि संस्था वा कम्पनीको लोगो, स्लोगन, नामलगायतका पहिचानहरु उस्तै-उस्तै लाग्ने गरी राख्न पाइँदैन ।

एभरेष्ट बैंक लिमिटेड बुटवल शाखाको
३५ दिने हकदाबी सम्बन्धी अत्यन्त जरुरी सूचना

यस बैंकको बुटवल शाखाको बचत खाता नं ००४००५०१००७३२९ को लाल बहादुर थापाको छोरा गण्डकी प्रदेश जिल्ला स्याङ्जा, कालिकाकोट गा.वि.स. वार्ड नं ०२ स्थायी ठेगाना भई लुम्बिनी प्रदेश जिल्ला नवलपरासी (बर्दघाट सुस्ता पश्चिम), सुनवल नगरपालिका वार्ड नं ११, मा बस्ने श्री डोम बहादुर थापाको मिति २०८२।१०।२७ गतेका दिन मृत्यु भएकोमा लुम्बिनी प्रदेश जिल्ला नवलपरासी (बर्दघाट सुस्ता पश्चिम), सुनवल नगरपालिका वार्ड नं ११ मा बस्ने उक्त खातावालाको पत्नी लिला सिंजालीले उक्त खातामा रहेको निक्षेप रकम दिलाई पाउं भनि यस बैंकको शाखामा निवेदन दिएकोले उपरोक्तानुसारका निवेदक बाहेक उक्त निक्षेप रकम उपर अन्य कसैको हकदावी भए यो सूचना प्रकाशित भएको मितिले ३५ (पैंतीस) दिनभित्र आफ्नो सबुत प्रमाण सहित हकदावी गर्न आउनहोला । अन्यथा उक्त रकम भुक्तानी भई जाने छ । रित नपुगी र म्याद नाघी आएको निवेदन उपर कुनै कारवाही नहने व्यहोरा सहित बैंक तथा बित्तीय संस्था ऐन, २०७३ को दफा १११ बमोजिम सर्वसाधारणको जानकारीको लागि यो सूचना प्रकाशित गरिएको छ ।

एभरेष्ट बैंक लिमिटेड
EVEREST BANK LIMITED
(A joint-Venture with punjab national bank, India)
शाखा कार्यालय: बुटवल, फोन: ०७१–५३३६६१

कोटेशन आव्हान सम्बन्धी सूचना

प्रकाशित मिति: २०८३।०२।१२

यस श्री नहरपुर माध्यमिक विद्यालय विद्यालय व्यवस्थापन समितिको मिति २०८३।०२।०६ गतेको बैठकको निर्णयानुसार विद्यालयलाई आवश्यक निम्न सामग्रीहरु खरिद गर्नुपर्ने भएकोले इच्छुक व्यक्ति, संघसंस्था, व्यवसायीबाट ७ दिनभित्र विद्यालय प्रशासनमा पेश गर्न कोटेशन आव्हान गरिन्छ ।

तपसिल

क्र.सं	विवरण	परिमाण
१	स्मार्ट वोर्ड	१
२	कम्प्युटर (डेस्कटप)	३
३	CCTV Camera	२
४	विज्ञान समाग्रीहरु	

पुनश्चः नमुना विद्यालय व्यवस्थपन निर्देशिका २०७४ अनुसारका विज्ञान सामग्री र लुम्बिनी प्रदेश शिक्षा तथा सामाजिक विकास निर्देशनालयको मापदण्ड अनुसार अन्य सामग्री हुनुपर्नेछ ।
विस्तृत जानकारीका लागि विद्यालय प्रशासनमा सम्पर्क गर्न सकिनेछ ।

प्रधानाध्यापक
श्री नहरपुर माध्यमिक विद्यालय
बुटवल–११, नहरपुर, रुपन्देही, फोन: ९८५७०२५३६२

धितोमा रहेको सम्पत्ति लिलाम बिक्री सम्बन्धी ७ दिने सार्वजनिक सूचना

(प्रकाशित मिति २०८३ साल जेठ महिनाको १२ गते मंगलबार)

यस विकास बैंकको सराई शाखा कार्यालयबाट तपशिलमा उल्लेखित ऋणीले विभिन्न कर्जा शीर्षक अन्तर्गत लिएको कर्जाको साँवा, ब्याज र अन्य दै-दस्तुर समेत तिर्ने बुझाउने सम्बन्धमा बैंकसंग गरेको शर्त कबुलियत उल्लंघन गर्नु भएको र बैंकबाट पटक पटक मौखिक तथा लिखित रुपमा तरताकेता गर्दा समेत सो कर्जाको तिर्नु बुझाउनु पर्ने सावां ब्याज तथा हर्जाना समेत चुक्ता भुक्तान गर्न आउने तर्फ कुनै चासो नदेखाउनु भएको र नआउनु भएकोले सम्पूर्ण कर्जा चुक्ता गर्न आउनु हुन भनी बैंकबाट विभिन्न मितिमा सार्वजनिक सूचना प्रकाशित गरिएता पनि कर्जा चुक्ता भुक्तान गर्न तर्फ कुनै पहल नगरी आलटाल गरेकोले बैंकको कर्जा असुलीको लागि तपशिलमा उल्लेखित धितो (सम्पत्ति) जहाँ जे जस्तो अवस्था र परिमाणमा छ सोही अवस्था र परिमाणमा गोप्य शिलबन्दी बोलपत्र प्रक्रियाद्वारा लिलाम बिक्री गरी बैंकको लेना रकम असुल उपर गर्नुपर्ने भएकोले धितो लिलाम बिक्री सम्बन्धी यो ७ (सात) दिने सूचना प्रकाशित गरिएको छ। उक्त मिति भित्र नतिरे नबुझाएमा प्रचलित कानुन अनुसार सूचना प्रकाशित भएको मितिले ८ औं दिन यस बैंकलाई लेखिदिएको धितो सुरक्षणमा रहेको तपशिलमा उल्लेखित सम्पत्ति जहाँ जे जस्तो अवस्था र परिमाणमा छ सोही अवस्थामा गोप्य शिलबन्दी बोलपत्र मार्फत लिलाम बिक्री गरिने हुँदा इच्छुक महानुभावहरुले देहाय बमोजिमको शर्त तथा बन्देजहरुको अधिनमा रहने गरी यो सूचना प्रकाशित भएको मितिले ७ औ दिनको कार्यालय समय भित्र यस बैकको शाखा कार्यालयहरुमा गोप्य शिलबन्दी बोलपत्र पेश गर्नुहुन सूचित गरिन्छ ।

तपशिल

क) कर्जा शिर्षक : व्यवसायिक अधिबिकर्ष कर्जा

ऋणीको विवरण

नाम : **न्यू म्याक्स स्पोर्टस** प्रोप्राइटरको नाम : लीला ज्ञवाली प्रा.फ.र.नं. : ४६७१/०७७/०७८
दर्ता गर्ने कार्यालय : घरेलु तथा साना उद्योग कार्यालय पाल्पा, तानसेन दर्ता मिति : २०७७/०७/०२
ठेगाना : पाल्पा जिल्ला तानसेन न.पा. वडा नं. ४ स्थायी लेखा नं. : ६१४१४९८९६

व्यक्तिगत धनजमानीकर्ताहरुको विवरण

१) दधिराम ज्ञवालीको छोरी बुदिसागर भुसालको बुहारी सुमन भुसालको पत्नी गुल्मी जिल्ला इस्मारजस्थल वडा नं. ४ हाल, पाल्पा जिल्ला तानसेन न.पा. वडा नं. ९ बस्ने **लीला ज्ञवाली** (ना.प्र.नं. : ४११०६१/८२२०८ जारी मिति र जिल्ला : २०६६/०७/०४, गुल्मी)

२) खिमानन्द भुसालको नाति बुदि सागर भुसालको छोरा पाल्पा जिल्ला तानसेन न.पा. वडा नं. ९ बस्ने **सुमन भुसाल** (ना.प्र.नं. : ३९१०४९/२२६ जारी मिति र जिल्ला : २०६५/०७/२१, पाल्पा)

३) मित्रलाल देवकोटाको नाति खुम कान्त देवकोटाको छोरा पाल्पा जिल्ला मदनपोखरा वडा नं. ६ हाल, तानसेन न.पा. वडा नं. ९ बस्ने **प्रकाश देवकोटा** (ना.प्र.नं. : १०९५७२ ध्जारी मिति र जिल्ला : २०६१/०९/०६, पाल्पा)

ख) कर्जा शिर्षक : साधारण कर्जा

ऋणीको विवरण

दधिराम ज्ञवालीको छोरी बुदिसागर भुसालको बुहारी सुमन भुसालको पत्नी गुल्मी जिल्ला इस्मारजस्थल वडा नं. ४ हाल, पाल्पा जिल्ला तानसेन न.पा. वडा नं. ९ बस्ने **लीला ज्ञवाली** (ना.प्र.नं. : ४११०६१/८२२०८ जारी मिति र जिल्ला : २०६६/०७/०४, गुल्मी)

व्यक्तिगत धनजमानीकर्ताहरुको विवरण

१) खिमानन्द भुसालको नाति बुदि सागर भुसालको छोरा पाल्पा जिल्ला तानसेन न.पा. वडा नं. ९ बस्ने **सुमन भुसाल** (ना.प्र.नं. : ३९१०४९/२२६ जारी मिति र जिल्ला : २०६५/०७/२१, पाल्पा)

२) मित्रलाल देवकोटाको नाति खुम कान्त देवकोटाको छोरा पाल्पा जिल्ला मदनपोखरा वडा नं. ६ हाल, तानसेन न.पा. वडा नं. ९ बस्ने **प्रकाश देवकोटा** (ना.प्र.नं. : १०९५७२ जारी मिति र जिल्ला : २०६१/०९/०६, पाल्पा)

३) खिमानन्द भुसालको नाति बुदि सागर भुसालको छोरा पाल्पा जिल्ला तानसेन न.पा. वडा नं. ९ बस्ने **अनुपम भुसाल** (ना.प्र.नं. : ३९-०१-७२-०००५७ जारी मिति र जिल्ला : २०७२/०१/०३, पाल्पा)

यसअघि प्रकाशित गरिएको सार्वजनिक सूचनाको विवरण :
१) मिति २०८०/०२/०८ को नयाँ पत्रिका राष्ट्रिय दैनिकमा कर्जा चुक्ता भुक्तानी गर्ने सम्बन्धि ३५ दिने
२) मिति २०८१/०५/२६ को अभियान राष्ट्रिय दैनिक पत्रिकामा धितोमा रहेको सम्पत्ति लिलाम बिक्री सम्बन्धी २१ दिने
३) मिति २०८२/०९/१३ को मेचिकाली राष्ट्रिय दैनिक पत्रिकामा धितोमा रहेको सम्पत्ति लिलाम बिक्री सम्बन्धी १५ दिने

धितो सुरक्षण सम्बन्धी विवरण : निम्न उल्लेखित घरजग्गा/जग्गा र सो ले चर्चेको सम्पूर्ण लिगलगापात समेत ।

धनीको नाम	ठेगाना	सिट नं.	कित्ता नं.	क्षेत्रफल (व.मि.)
सुमन भुसाल	पाल्पा जिल्ला मदनपोखरा वडा नं. ६	६	२११३	९५.३९
			२१२०	६९.५५
			२११७	३३१.८९

शर्त बन्देजहरु :
१. शिलबन्दी बोलपत्र यो सूचना प्रकाशित भएको मितिले ७ दिन अर्थात मिति २०८३ साल ज्येष्ठ १८ गते सोमबार भित्र यस बैकको शाखा कार्यालय सराईमा आईपुग्ने गरि पेश गर्नुपर्ने छ ।
२. बोलपत्र फारममा आफुले बोलकबोल गरेको रकम अंक र अक्षरमा स्पष्ट उल्लेख गर्नुपर्ने छ ।
३. माथि उल्लेखित सम्पूर्ण धितो सुरक्षणहरु जहाँ जे जस्तो अवस्था र परिमाणमा छ सोही अवस्था र परिमाणका लागि बेग्ला बेग्लै वा एकमुष्ठ बोलपत्र पेश गर्न सकिनेछ ।
४. बोलपत्र साथ आफुले बोलकबोल गरेको रकमको कम्तिमा १० प्रतिशत हुन आउने रकम धरौटी स्वरुप संस्थाको मुख्य कार्यालयमा रहेको खाता नं. ०१३-९२७७४१०१००५ मा बोलपत्र पेश गर्ने अन्तिम मितिसम्म जम्मा गरी सो को सक्कल भौचर वा सो बराबरको यस बैंकको नाममा खिचिएको पेश गर्ने अन्तिम मिति भित्रको Good For Payment Cheque संलग्न गर्नु पर्नेछ ।
५. प्राप्त बोलपत्रहरु मिति २०८३ साल ज्येष्ठ १९ गते मंगलबार दिउसो ३:०० बजे यस बैंकको शाखा कार्यालय सराईमा उपस्थित प्रतिनिधि, बोलपत्रकर्ता वा निजको प्रतिनिधिको रोहबरमा खोलिनेछ। बोलपत्र खोल्ने समयमा बोलाईएका सबै प्रतिनिधि, बोलपत्रकर्ता वा निजको प्रतिनिधि उपस्थित नरहे पनि सो कारणले बोलपत्र खोल्न कुनै बाधा पर्ने छैन ।
६. बोलपत्र खोलिने दिनमा सार्वजनिक विदा परेमा त्यसको लगतै कार्यालय खुलेको दिनमा सोही स्थान र समयमा लिलाम कार्य हुनेछ ।
७. बोलपत्र स्वीकृत भएमा धितो सुरक्षण सम्पत्ति बोलपत्रदाताको नाममा नामसारी दाखेल खारेज गर्दा लाग्ने रजिष्ट्रेशन दस्तुर, लाभ कर, कर तथा अन्य शुल्क ईत्यादि बोलपत्रदाताले नै व्यहोर्नु पर्नेछ ।
८. बोलपत्र स्वीकृत गर्ने वा नगर्ने सम्बन्धी सम्पूर्ण अधिकार बैंकमा सुरक्षित रहने छ ।
९. धरौटी रकम तथा अन्य शर्तहरु बोलपत्र फाराममा उल्लेख गरिए बमोजिम हुने व्यहोरा समेत सूचित गरिन्छ ।

"नेपाल राष्ट्र बैंकबाट "ख" वर्गको इजाजतपत्र प्राप्त राष्ट्रिय स्तरको विकास बैंक"
मुक्तिनाथ विकास बैंक लि.
MUKTINATH BIKAS BANK LTD.
Winner of EUROPEAN MICROFINANCE AWARD 2020
Central Office: Lazimpat, Kathmandu, Tel.: 01-5970887, Toll Free No. (NTC): 16600149999,
Toll Free No. (Ncell): 18102149999, E-mail: info@muktinathbank.com.np, Web: www.muktinathbank.com.np
जनता बैंकमा होइन, बैंक जनतामा जानु पर्दछ

प्रयास बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.

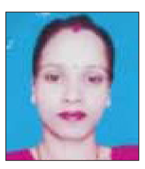
बुटवल उपमहानगरपालिका–१२, तामनगर, रुपन्देही

कर्जा चुक्ता भुक्तान गर्ने सम्बन्धी अन्तिम १५ दिने सार्वजनिक सूचना

प्रकाशित मिति: २०८३।०२।१२

यस प्रयास बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि. बुटवल उपमहानगरपालिका वडा नं. १२, तामनगर, रुपन्देहीबाट तपशिलमा उल्लेखित चल अचल सम्पति सुरक्षण बापत धितो राखि तपशिलका ऋणिहरुले लिएको कर्जाको तिर्नुपर्ने साँवा, ब्याज, हर्जना तथा अन्य सम्पूर्ण देय रकम पटक–पटक ताकेता गर्दा तथा यस संस्थाबाट प्रकाशित ३५ दिने सार्वजनिक सूचना पश्चात समेत भुक्तान नगरेको हुदा अब अन्तिम पटक यो १५ (पन्ध्र) दिने धितो लिलामी सूचना प्रकाशित गरिएको छ ।
अत: यो सूचना प्रकाशित भएको मितिले १५ (पन्ध्र) दिनभित्र संस्थाको कार्यालय समयमा उपस्थित भई संस्थाबाट लिएको कर्जाको साँवा, ब्याज, हर्जना तथा अन्य सम्पूर्ण देना रकम चुक्ता गरी धितो फुकुवा गराउनुहुन सम्बन्धित ऋणी तथा जमानीकर्ताहरूलाई अन्तिम अवसर प्रदान गरिन्छ ।
अन्यथा, उक्त अवधि समाप्त भएपछि सहकारी ऐन २०७४ तथा प्रचलित कानून, संस्थाको ऋण परिचालन निर्देशिका तथा संस्थासंग भएको कर्जा सम्झौता बमोजिम धितो रहेको चल र अचल सम्पति सार्वजनिक लिलाम बिक्री गरी संस्थाको बाँकी रकम असुल उपर गरिनेछ । लिलामीबाट प्राप्त रकमबाट सम्पूर्ण बाँकी रकम असुल नभएमा बाँकी रकम ऋणी तथा जमानीकर्ताको अन्य चल र अचल सम्पत्ति, जायजेथा तथा आयस्रोतबाट समेत असुल उपर गरिने व्यहोरा सम्बन्धित सबैलाई यसै सूचनाद्वारा जानकारी गराइन्छ ।

तपशिल :–

ऋणिहरूको बिबरण	जमानीहरूको बिबरण
नाम : तुल्सी सुवेदी सदस्यता नं.: १०१६ ना.प्र नं.:३७२०२४/५०७९२ जारी मिति : २०६५।०९।१३ स्थायी ठेगाना : बुटवल–१२, रुपन्देही बाबु : खुमानन्द भुसाल ससुरा : देवी प्रसाद पति : पवन राज सुवेदी	नाम : सुरज थापा सदस्यता नं.:४६० ना.प्र नं.:३८८९८ जारी मिति: २०६३/०६/०२ स्थायी ठेगाना : बुटवल–१२, रुपन्देही बाबु : बल बहादुर थापा गोदार बाजे: खड्क बहादुर थापा गोदार
नाम : इन्द्र कुमारी पौडेल कंडेल सदस्यता नं.: १६६१ ना.प्र नं.:५०२०५७/७७७८ जारी मिति : २०६८।१०।०४ स्थायी ठेगाना : अधिकारीचौर–०१, बाग्लुङ बाबु : शालिग्राम पौडेल ससुरा : यमलाल कंडेल पति : किरण कंडेल 	नाम : किरण कंडेल सदस्यता नं.:१६७६ स्थायी ठेगाना : अधिकारीचौर–०१, बाग्लुङ्ग बाबु : यमलाल कंडेल बाजे: मोतिलाल कंडेल नाम : सुमन आचार्य सदस्यता नं.:१३६१ स्थायी ठेगाना : वाङ्ला–०२, अर्घाखाँची बाबु : कृष्ण प्रसाद आचार्य ससुरा: पुर्ण प्रसाद पौडेल पति : टिकाराम पौडेल

१. देवी प्रसादको बुहारी पवन राज सुवेदीको श्रीमती तुल्सी सुवेदीको एकल स्वामित्वमा रहेको रुपन्देही जिल्ला साविक सेमलार २ भ, हाल बुटवल–१२ कित्ता नं. ३, क्षेत्रफल ०–०–६–० धुर घडेरी जग्गा धितो रहेको कर्जा सम्पत्ति खरिद तथा मर्मत शिर्षकमा रहेको ।
२. यमलाल कंडेलको बुहारी किरण कंडेलको श्रीमती इन्द्र कुमारी पौडेल कंडेलको एकल स्वामित्वमा रहेको रुपन्देही जिल्ला साविक दुधराक्ष ५ क, हाल सैनामैना–०८ कित्ता नं. २०००, क्षेत्रफल ०–०–१४.२५–० धुर घडेरी जग्गा धितो रहेको कर्जा व्यवसाय विस्तार शिर्षकमा रहेको ।
नोट : ऋणीको परिचय खुलाउने प्रयोजनको लागि प्रयोग गरिएको ।

श्री भूमि प्रशासन कार्यालय नवलपरासी (ब.सु.प.) बाट प्रकाशित हकदाबी सम्बन्धी ३५ (पैंतीस) दिने सार्वजनिक सूचना

मुसईको नाति, त्रिवेणी चमारको छोरा जिल्ला नवलपरासी (ब.सु.प.), साविक गा.वि.स. गुठी प्रसौनी, वार्ड नं. २ हाल परिवर्तित प्रतापपुर गाउपालिका, वार्ड नं. ६ बस्ने राम औतार चमारले ऐ. ऐ. को नाति, ऐ. ऐ. को छोरा ऐ. ऐ. बस्ने मेरो सहोदर भाइ बाढु चमारको नाउमा श्रेस्ता कायम रहेको जिल्ला नवलपरासी, साविक गा.वि.स. गुठीप्रसौनी, वार्ड नं. २/ग को कि.नं. १९४ ज.वि. ०–३–५ जग्गा रहेकोमा निज जग्गाधनी भाइको मिति २०८२/१०/०८ मा आफ्नै कालगतिबाट मृत्यु भएको र निज जीवनभर अविवाहित भई निजको नाउको माथि उल्लेखित कित्ता जग्गाको हकखाने कुनै हकवाला पत्नी तथा छोराछोरी कोही नभएको हुदा निज भाइ बाढु चमारलाई जीवित छदासम्म निजको पालनपोषण गर्ने, बिरामी हुदा औषधी उपचार गर्ने र मृत्युपछिको काजकिरिया गर्ने तथा निज मृतकको ऋणधन व्यहोर्ने सम्पूर्ण काम म स्वयंले नै गरी उक्त कित्ता जग्गा हालसम्म मैले नै जोतभोग समेत गर्दै आइरहेको हुदा निज मृतक जग्गाधनी भाइको नाउको माथि उल्लेखित कित्ता जग्गा मेरो एकलौटी नाउमा नामसारी गराइपाऊ भनी श्री भूमि प्रशासन कार्यालय (ब.सु.प.), परासीमा पेश गरेको माग निवेदन सम्बन्धमा निवेदक राम औतार चमार बाहेक मृतक जग्गाधनी बाढु चमारको नजिकको नाता पर्ने पत्नी, छोराछोरी लगायत अन्य कोही नजिकका हकवालाहरू भए वा निज मृतक जग्गाधनीलाई जीवित छदासम्म पालनपोषण गर्ने र मृत्युपछिको काजक्रिया गरी ऋणधन व्यहोर्ने काम अन्य कोही कसैले गरेको भए यो सूचना प्रकाशित भएको मितिले बाटोको म्याद बाहेक ३५ (पैंतीस) दिनभित्र यस श्री भूमि प्रशासन कार्यालय नवलपरासी (ब.सु.प.), परासीमा सप्रमाण हकदाबीका लागि सम्पर्क गर्न आउन यो हकदाबी सम्बन्धी ३५ (पैंतीस) दिने सार्वजनिक सूचना सम्बन्धित सबैका लागि जारी गरिएको छ, अन्यथा नियमानुसार भइजाने व्यहोरा समेत यसै सूचनाद्वारा जानकारी गराइन्छ ।

निक्षेप रकम उपर हकदाबी गर्न आउने ३५ दिने सूचना

धन बहादुर मगरकी श्रीमती, बल बहादुर सूर्यबंशीकी छोरी, लुम्बिनी प्रदेश, अर्घाखाँची जिल्ला छत्रदेव गा.पा. वडा नं. ०४ स्थायी ठेगाना भई हाल अर्घाखाँची जिल्ला पाणिनी गा.पा. वडा नं. ०८ बस्ने निम कला भन्ने भिमकला मगरले यस शाखामा बचत खाता नं. २२८१५२४०३०१८४९ र २२८३५२४२२०४४८८ संचालन गर्दै आउनु भएकोमा मिति २०८२/०९/२५ मा निज खातावाला निम कला भन्ने भिमकला मगरको निधन भएकोले सोही व्यहोरा उल्लेख गरी उपरोक्त खातामा रहेको रकम पाउं भनी निज मृतककी/मृतकको छोरा नाता पर्ने राम बहादुर तंनामी मगरले मृत्यु दर्ता प्रमाणपत्र र नाता प्रमाणित प्रमाणपत्र लगायतका अन्य आवश्यक कागजात सहित यस बैंक समक्ष निवेदन दिनु भएकोले यो सूचना प्रकाशित गरिएको छ। बैंक तथा वित्तीय संस्था सम्वन्धि ऐन २०७३ को दफा १११ बमोजिम निज मृतक निम कला भन्ने भिमकला मगरको नाममा यस शाखामा रहेको निक्षेप मौज्दातको भुक्तानी दावीकर्तालाई दिन नपर्ने कुनै कारण भए वा अन्य कुनै व्यक्तिको हकदाबी छ भने यो सूचना प्रथम पटक प्रकाशित भएको मितिले ३५ (पैंतीस) दिनभित्र आफ्नो स–प्रमाण दाबी गर्न यस बैंकको सन्धिखर्क शाखामा आउनुहोला । अन्यथा उल्लेखित म्यादभित्र कोही कसैको दावी पर्न नआएमा माग बमोजिम उपरोक्त खाताको रकम भुक्तानी हुने र सोका लागि बैंक जिम्मेवार नहुने वेहोरा समेत जानकारी गराईन्छ। पछि कुनै उजुर बाजुरलाई बैंकले मान्यता नदिने समेत सूचित गरिन्छ ।

नेपाल एसबिआई बैंक लिमिटेड
NEPAL SBI BANK LTD.
सन्धिखर्क शाखा
फोन नम्बर:- ०७७-४२०८३५
फ्याक्स:- ०७७-४२०८३६

निक्षेप रकम उपर हकदाबी गर्न आउने ३५ दिने सूचना

हुम बहादुर मल्लकी श्रीमती, टिकाराम हमाल ठकुरीकी छोरी, लुम्बिनी प्रदेश, अर्घाखाँची जिल्ला छत्रदेव गा.पा. वडा नं. ०४ स्थायी ठेगाना भई हाल अर्घाखाँची जिल्ला छत्रदेव गा.पा. वडा नं. ०४ बस्ने टिका कुमारी भन्ने टिका कुमारी मल्लले यस शाखामा बचत खाता नं. २२८१५२४०३०१३११ संचालन गर्दै आउनु भएकोमा मिति २०८२/०८/२३ मा निज खातावाला टिका कुमारी भन्ने टिका कुमारी मल्लको निधन भएकोले सोही व्यहोरा उल्लेख गरी उपरोक्त खातामा रहेको रकम पाउं भनी निज मृतककी/मृतकको छोरा नाता पर्ने शुसिल मल्लले मृत्यु दर्ता प्रमाणपत्र र नाता प्रमाणित प्रमाणपत्र लगायतका अन्य आवश्यक कागजात सहित यस बैंक समक्ष निवेदन दिनु भएकोले यो सूचना प्रकाशित गरिएको छ । बैंक तथा वित्तीय संस्था सम्वन्धि ऐन २०७३ को दफा १११ बमोजिम निज मृतक टिका कुमारी भन्ने टिका कुमारी मल्लको नाममा यस शाखामा रहेको निक्षेप मौज्दातको भुक्तानी दावीकर्तालाई दिन नपर्ने कुनै कारण भए वा अन्य कुनै व्यक्तिको हकदाबी छ भने यो सूचना प्रथम पटक प्रकाशित भएको मितिले ३५ (पैंतीस) दिनभित्र आफ्नो स–प्रमाण दाबी गर्न यस बैंकको सन्धिखर्क शाखामा आउनुहोला । अन्यथा उल्लेखित म्यादभित्र कोही कसैको दावी पर्न नआएमा माग बमोजिम उपरोक्त खाताको रकम भुक्तानी हुने र सोका लागि बैंक जिम्मेवार नहुने वेहोरा समेत जानकारी गराईन्छ। पछि कुनै उजुर बाजुरलाई बैंकले मान्यता नदिने समेत सूचित गरिन्छ ।

नेपाल एसबिआई बैंक लिमिटेड
NEPAL SBI BANK LTD.
सन्धिखर्क शाखा
फोन नम्बर:- ०७७-४२०८३५
फ्याक्स:- ०७७-४२०८३६

भूमि प्रशासन कार्यालय भैरहवाबाट जारी भएको छुट जग्गा दर्ता नामसारी हकदावी सम्बन्धी ३५ दिने सूचना

यसमा जिल्ला रुपन्देही लुम्बिनी सांस्कृतिक न.पा. वडा नं. ९ बस्ने हदिस मुसलमानको बुहारी ईनुस मुसलमानको पत्नी तजबुन निसा मुसलमानीले मेरो पती ईनुस मुसलमानको मिति २०७१/१०/२८ गते मृत्यु भएको र निजका दुई पत्नी मध्ये जेठी अजवुनको मिति २०३४ अगावै मृत्यु भएको र निजबाट कुनैपनि सन्तानको जायजन्म नभएकोमा ईनुस मुसलमानको नाममा सर्वे नापी भई दर्ता हुन छुट भएको खुदावागर वडा नं. ८क कि.नं. ३३० ज.वि. ०-१-१० जग्गा साथै अजवुनको नाममा सर्वे नापी भई दर्ता हुन छुट भएको खुदावागर वडा नं. ८क कि.नं. २२४ ज.वि. ०-१-१८ जग्गा तथा जहान मुसलमानको बुहारी ईसा महम्मदको पत्नी सुन्नातीको मिति २०३४ अगावै मृत्यु भएकोमा निजको शेष पछि हकअंश खाने बुहारी तजवुन निसा मुसलमानी मात्र भएकोले सुन्नातीको नाममा सर्वे नापी भई दर्ता हुन छुट भएको खुदावागर ८क कि.नं. १२९ र ४८९ ज.वि. ०-०-१८ र ०-०-७ जग्गा र ईसा महम्मद र सुन्नतीको एकमात्र छोरी खैरुन निसा अविवाहित अवस्थामा मिति २०३४ अगावै मृत्यु भएकोमा निजको नाममा सर्वे नापी भई दर्ता हुन छुट भएको खुदावागर वडा नं. ८क कि.नं. २२६ र ३९४ ज.वि. ०-०-१७ र ०-०-१७ जग्गा मैले भोगचलन एवं जोतभोग गर्दै आएको हुदा छुट जग्गा दर्ता नामसारी गरी जग्गाधनी प्रमाण पुर्जा पाउ भनी तजबुन निसा मुसलमानीले मिति २०८२।०९।२८ गते भूमिसुधार तथा मालपोत कार्यालय भैरहवा रुपन्देहीमा माग निवेदन दिनु भएकोमा उक्त जग्गा के कुन प्रकृतिको हो उल्लेखित जग्गामा अन्य कसैको हकदाबी बिबाद छ/छैन ? कुनै सरकारी सार्बजनिक हक भोगमा पर्छ/पर्दैन निबेदकको माग बमोजिम छुट जग्गा दर्ता नामसारी गर्न मिल्छ/मिल्दैन ? माग निवेदन बमोजिम छुट जग्गा दर्ता गर्दा अन्य कसैको व्यक्तिगत/सार्वजनिक हकदैयामा असर पर्ने तथा उक्त जग्गा दर्ता गर्न नमिल्ने भए यो सुचना प्रकाशन भएको मितिले ३५ दिनभित्र स-प्रमाण आफै वा वारेस मार्फत हकदावी गर्नका लागि सरोकारवाला सवैमा अनुरोध छ। म्यादभित्र हकदावी उजुर बाजुर नपरेमा प्रचलित कानुन बमोजिम भई जाने व्यहोरा सवैमा अनुरोध छ ।

अधिकतम खुद्रा बिक्री मुल्य (MRP) प्रकाशनको सूचना

यस कम्पनीले चीनबाट पैठारी गरेको देहायको मालवस्तुहरुको अधिकतम खुद्रा बिक्री मुल्य (MRP) निम्न बमोजिम भएको व्यहोरा सर्वसाधारणको जानकारीको लागि प्रकाशन गरिएको छ ।

तपसिल

सि. नं.	मालवस्तुको विवरण	आकार / प्रकार	ब्राण्ड	मोडल	क्षमता	उत्पतिको मूलुक/राष्ट्र	इकाई	प्रति इकाई मुल्य	अधिकतम खद्रा बिक्री मुल्य (MRP)	कैफियत
1	Airconditioner	Wall Mounted DC Invertor	GREE	GWH18AGD-K6DNA1D	1.5TR	China	Set	120,000.00	120,000.00	
2	Airconditioner	Wall Mounted DC Invertor	GREE	GWH24AGDXE-K6DNA4C	2.0TR	China	Set	145,000.00	145,000.00	
3	Airconditioner	VRF Outdoor Unit	GREE	GMV-504WM/B-X(P)	14.0 TR	China	Set	1,264,500.00	1,264,500.00	
4	Airconditioner	VRF Indoor Unit	GREE	GMV-ND71TD/B-T	2.0TR	China	Set	137,700.00	137,700.00	

बिक्रेता फर्मको नाम: **बाराहि इन्टरनेशनल प्रा.लि.** एक्जीम कोड नं.: 3016691790138NP
ठेगाना : न्यूरोड, काठमाण्डौं, नेपाल, फोन नं.: ०१–४३६३७३०

इट्टा चाहिएमा !

तपाईहरुको शहर भैरहवा बुटबलमा बलियो, भरपर्दो तथा टिकाउ L.B.F. मार्का इट्टा चाहिएमा तुरुन्त सम्पर्क गर्नुहोला ।

मार्का

सम्पर्क: पडसरी-५, ठुटीपिपल, रुपन्देही
फोन: ९८५७०२३३२०, ९८५७०२३९१४, ९८५७०२३८१३ फ्याक्टी
नोट: पाल्पा, स्याङ्जा, गुल्मी, अर्घाखाची लगायत अन्य जिल्लाहरुमा पनि ट्रकमा पठाउने व्यवस्था छ ।

बुटवलमा राष्ट्रियस्तरको डोरी तान प्रतियोगिता आयोजना

बुटवल, जेठ ११ (मेसस) । नेपाल खेलकुद महासंघ रुपन्देहीको आयोजनामा आगामी जेठ १५ र १६ गते दोस्रो संस्करणको जिल्लास्तरीय खुला पुरुष डोरी तान (टग अफ वार) प्रतियोगिता आयोजना हुने भएको छ । लोप हुन लागेको परम्परागत खेलको प्रवर्द्धन गर्ने र खेलाडीहरूको प्रतिभा प्रस्फुटन गराउने उद्देश्यका साथ बुटवल उपमहानगरपालिका-१०, रामनगरस्थित रामनगर खेल मैदानमा यो प्रतियोगिता सञ्चालन हुन लागेको हो ।

प्रतियोगितामा विजेताले नगद रु.६० हजार ६६६ रुपैयाँ, द्वितीय पुरस्कार नगद रु.३० हजार ३३३ रुपैयाँ र तृतीय पुरस्कार नगद १५ हजार १११ रुपैयाँ रहेको महासंघ रुपन्देहीका अध्यक्ष समुन्द्र श्रेष्ठले बताए । प्रतियोगितामा रुपन्देही जिल्लाभित्र रहेका इच्छुक क्लब, संघसंस्था तथा समूहहरूले सहभागिता जनाउन सक्ने उनले बताए । प्रतियोगितामा सहभागी हुन प्रत्येक टोलीमा ८ जना खेलाडी, १ जना रिभर्स प्लेयर, १ जना प्रशिक्षक र १ जना टिम म्यानेजर गरी जम्मा ११ जना सहभागी हुन पाउने आयोजक संस्थाका उपाध्यक्ष तथा कार्यक्रम संयोजक सरोज क्षेत्रीले जानकारी दिए ।

यसैगरी एक टिमको कुल तौल बढीमा ६४० केजीभित्र हुनुपर्ने व्यवस्था गरिएको उनले बताए । खेलाडीहरूले आफ्नो पालिका खुल्ने विवरणसहित मैदानमा उपस्थित हुनुपर्ने र दर्ताका लागि दुई हजार रुपैयाँ शुल्क लाग्ने आयोजकले जानकारी दिएको छ । प्रतियोगितामा १६ टिम बढीको सहभागिता रहने अनुमान गरिएको महासंघका सदस्य इप्पल भण्डारीले बताए । गत वर्षको संस्करणमा तिलोत्तमा फिटनेश सेन्टर विजयी भएको थियो ।

रामराज्य माविको हीरक महोत्सव सुरु

गुल्मी, जेठ ११ (मेसस) । गुल्मीको इस्मा गाउँपालिका-४ दोहलीको रामराज्य माविको हीरक महोत्सव सुरु भएको छ । महोत्सवको लुम्बिनी प्रदेश सभाका सदस्य तथा पुर्वमन्त्री खड्ग बहादुर बस्नेतले उद्घाटन गरेका छन् । महोत्सवलाई संबोधन गर्दै बस्नेतले बिद्यालय भविष्य निर्माण गर्ने सुन्दर मन्दिर भएकाले दलगत दृष्टिकोणबाट प्रभावित हुन नहुनेमा जोड दिए । उनले बिद्यालयको शिक्षामा गुणस्तर ल्याउन र सामुदायिक सहयोग प्राप्त गर्न नेतृत्वको निस्वार्थ त्याग, शिक्षकहरुको क्षमता र अभिभावकको निगरानी आवश्यक हुने बताए । आज प्रमुख अतिथी भएर प्रस्तुत हुन पाउनु ठूलो शौभाग्य भएको बताउँदै बस्नेतले खुसी व्यक्त गरे ।

गाउँपालिका अध्यक्ष भगतसिंह खड्काले रामराज्य पश्चिम क्षेत्रमा शिक्षा र खेलकुदसहितको क्षेत्रमा अब्बल रहेको बताए । रामराज्य माविको हीरक महोत्सवको अवसरमा अक्षयकोषसहित ३७ लाख रुपियाँ आर्थिक सङ्कलन भएको छ । कार्यक्रममा सवै सहयोगी चन्दादाता, अक्षयकोषदाता, संस्थापक तथा पुर्व प्रध्यानाध्यापक र शिक्षकहरुलाई बिद्यालयले सम्मान गरेको छ ।६० बर्ष पुगेको अवसरमा आयोजना गरिएको हीरक महोत्सवमा आर्थिक सहयोग सङ्कलन अभियान सुरु गरिएको थियो । अभियानको क्रममा छ वटा अक्षयकोष स्थापनाका लागि १६ लाख बढिको आर्थिक सहयोग सङ्कन गरिएको छ ।

अहिलेसम्म १६ लाख तीन हजार ४३९ रुपियाँको अक्षयकोष र २१ लाख रुपियाँका बिद्यालयको लागि सहयोग प्राप्त भएको बिद्यालयका लेखापाल केसव जिसीले जानकारी दिए । आगामी जेठ १५ गते सम्म हीरक महोत्सव सञ्चालन हुनेछ । महोत्सवको उद्घाटन भव्य र शानदार रुपमा सम्पन्न भएकाले तीन दिन विविध खेलकुद र जेठ १५ गते सम्मान, पुरस्कार, स्मारिका बिमोचन लगायतका कार्यक्रम रहेको बिद्यालय व्यावस्थापन समिति अध्यक्ष चन्द्र बहादुर महतले बताए । पहिलो दिन शोभा कलश यात्रासहित शिक्षिका र बिद्यार्थीहरुका नृत्य, मार्चपास भएका थिए । कार्यक्रम बिद्यालय व्यावस्थापन समिति अध्यक्ष चन्द्र बहादुर महतको अध्यक्षता, बिद्यालयका प्रध्यानाध्यापक जगत खड्काको स्वागत तथा शिक्षक माधव अर्यालको सञ्चालनमा सम्पन्न भएको थियो ।

कार्यक्रममा शिक्षक, पुर्व प्रध्यानाध्यापक, राजनैतिक दलका प्रमुख, वडाध्यक्ष, बिद्यालय व्यावस्थापन समितिसहित विभिन्न व्यक्तिहरुले शुभकामना मन्तव्य राखेका थिए ।

नेपाल मगर संघमा नयाँ नेतृत्व

बुटवल, जेठ ११ (मेसस) । नेपाल मगर संघको अध्यक्षमा रक्षबहादुर रैका मगर निर्वाचित भएका छन् । संघको १३ औं राष्ट्रिय महाधिवेशनबाट नयाँ नेतृत्व चयन गरिएको हो । यस्तै संघको वरिष्ठ उपाध्यक्षमा टेकबहादुर नाम्जाली मगर चयन भएका छन् । उपाध्यक्षमा सीता रानामगर, कविराज मगर, तेजबहादुर आले मगर, दीपसागर थापामगर, हर्क आले मगर, जीवनप्रवेश रोका मगर र भीमप्रसाद रोकाय मगर चयन भएका छन् । भने महासचिवमा होमराज खपाङ्गी मगर चयन भएको निर्वाचन समिति संयोजक धर्मबहादुर घर्तीमगरले जानकारी दिए । यस्तै, उपमहासचिवमा मञ्जु थापा मगर, सिद्धान्त गर्जा मगर, खगेन्द्र पुन मगर, हिरूसरा राना मगर चयन भए । सचिवमा विष्णुबहादुर राना मगर, झविन्द्र पुन मगर र तारामाया थापा मगर तथा कोषाध्यक्षमा पूर्णबहादुर राना मगर चयन भएका छन् । सहकोषाध्यक्षमा गायत्री राना मगर र लेखा संयोजकमा योवनकुमार राना मगर चयन भएका छन् ।

यस्तैगरी सदस्यहरुमा जुनु पुन मगर, गिरमान गाहा मगर, रमेश पुन मगर, इन्द्र सारू मगर, रमेश थापा मगर, महेश राना मगर, तारा राईका मगर र लक्ष्मी मगर रहेका छन् । संघमा कुल ५९८ मतदाता रहेकोमा ५७५ जना मतदानमा सहभागी भएका थिए ।

पुरुषभन्दा महिलालाई थाइराइडको उच्च जोखिम

चितवन, जेठ ११ । 'हमर्न' कारण पुरुषका तुलनामा महिलालाई थाइराइडको जोखिम उच्च हुने इन्डोक्राइमोलोजिष्ट (हर्मोन विशेषज्ञ) विशेषज्ञहरुले बताएका छन् । चितवन मेडिकल कलेज (सिएमसी) शिक्षण अस्पतालका इन्डोक्राइमोलोजिष्ट डा.सौरव खतिवडाले १५ देखि २० प्रतिशत महिलालाई 'हाइपर थाइरोडिजम'को सम्भावना हुने जानकारी दिए । उनले भने,'पुरुषमा त्यसको आधा जतिलाई मात्रै हुन्छ । अर्थात् पुरुषमा पाँचदेखि आठ प्रतिशत हाराहारीलाई मात्रै हाइपर थाइरोडिजम (उच्च थाइराइड) को समस्या हुन्छ ।'

उनले घाँटीको अगाडि तलपट्टि हुने सानो ग्रन्थीलाई थाइराइड भनिने बताउँदै यसमा अल्ट्रासाउन्ड गरेर क्यान्सर हो होइन, पत्ता लगाउनुपर्छ । कहिलेकाहीँ ट्र्युमरको परीक्षण गरेर पनि क्यान्सर पत्ता लगाउनुपर्छ ।' यदि क्यान्सर पहिचान भयो भने शल्यक्रिया र रेडियोथेरापी गरेर निको पार्न सकिने उनको भनाइ छ । पुष्पाञ्जली अस्पतालका फिजिसियन डा.भोजराज अधिकारी महिलाहरुमा धेरै थाइराइडको समस्या हुने बताउँछन् । साधारणतया मानिसहरुलाई थाइराइड हर्मोन घट्ने र बढ्ने समस्या हुने जनाउँदै उनले भने,'जब शरीरमा थाइराइड हर्मोन कम हुन्छ (घट्छ), तब टिएसएच परीक्षण गर्दा बढेर आउँछ । यसलाई हामीले घट्ने थाइराइड भन्छौं । अथवा टी थ्री, टी फोर घटेको हुन्छ, अर्थात् नर्मलभन्दा तल

दुई वटा भाग हुने जानकारी दिए । उनले भने,'यसले शरीरलाई आवश्यक पर्ने महत्वपूर्ण हर्मोन उत्पादन गर्दछ । यो हर्मोन हाम्रो दैनिक जीवनमा धेरै महत्वपूर्ण छ ।' थाइराइड हर्मोनले बच्चाको दिमागको वृद्धि विकासदेखि वयस्क मानिसमा काम गर्ने जाँगर, स्फूर्ति, मुटुको कामका लागि, खाना पचाउने, शरीरको मोटोपनलाई सन्तुलनमा राख्ने काम गर्ने डा खतिवडाको भनाइ छ ।

थाइराइड हर्मोन कमी भएमा केही लक्षणहरु देखिने भन्दै उनले हर्मोन बढी हुँदा केही किसिमका लक्षणहरु देखिने बताए । उनले भने,'थाइराइड ग्रन्थी कहिलेकाहीँ आफैं दुख्ने समस्या पनि आउँछ । थाइराइडमा कहिलेकाहीँ ट्र्युमर पनि पलाउँछ । ट्र्युमरहरुमा सबैभन्दा सजिलै उपचार गर्न सकिने भनेको थाइराइडको ट्र्युमर हो ।' थाइराइड बढ्यो भने आत्तिने, हात काँप्ने, मुटु ढुकढुक हुने, गर्मी धेरै महसुस हुने देखिने बताउँदै डा.खतिवडाले भने,'यसलाई दुब्लाउने थाइराइड भनेर चिनिन्छ । यसमा टी थ्री, टी फोर भन्ने हर्मोन बढेको हुन्छ भने टिएसएच घटेको हुन्छ ।' उनले यस्ता बिरामीलाई थाइराइड हर्मोन घटाउने औषधी दिनुपर्ने बताए । घाँटी दुख्दैमा थाइराइड नहुने भन्दै उनले कहिलेकाहीँ थाइराइड क्यान्सरमा परिणत हुन सक्ने बताए । उनले भने, 'घाँटीमा गाँठागुँठी जस्ता लाग्यो भने त्यसको हुन्छ । यस्तो थाइराइडलाई सुस्त हुने अथवा मोटाउने थाइराइड भनेर पनि चिनिन्छ ।' यसले केहीलाई थकाइ लाग्ने कसैकसैलाई खुट्टा सुन्निने, अनुहार फुस्रो हुने, कपाल झर्ने समस्या पनि आउन सक्ने उनले बताए । उनले भने,'थाइराइडको समस्या छ भने दैनिक बिहान एक घुट्की पानीसँग एउटा चक्की औषधी खाएमा राम्ररी नियन्त्रणमा आउँछ ।' महिलाहरुमा प्रसूतिदेखि लिएर २५ देखि ५० वर्षको उमेरमा बढी थाइराइड देखिने उनको भनाइ छ । उनका अनुसार महिनावारी बन्द हुनेभन्दा अगाडिको समयमा थाइराइड हर्मनको धेरैजसोमा कमी देखिने गर्दछ । इन्डोक्राइमोलोजिष्ट (मधुमेह, थाइराइड र हर्मन रोग विशेषज्ञ) डा.उमनाथ अधिकारी महिलाहरुमा थाइराइड बढी देखिने भन्नुको कारण अटो इम्युनिटी बढी हुने बताउँछन् । उनले पुरुषको तुलनामा अटो इम्युनिटी बढी हुने भएकाले महिलाहरुमा थाइराइड बढी देखिने बताए ।

महिलाहरुमा अटो इम्युनिटीले बाथरोगहरु धेरै देखिने भन्दै उनले पुरुषमा कम देखिने बताए । उनले भने,'थाइराइड बढेपछि महिनावारी गडबढ हुन्छ । महिलाहरुमा अटो इम्युनिटीका कारण हर्मोनले थाइराइडको मात्रा बढी हुन्छ ।' महिलाहरुमा शरीर, दुख्ने, शरीर गल्ने र मोटाउने जस्ता लक्ष्यण थाइराइडले देखाउने उनको भनाइ छ ।

फासियानको यात्रा विवरण अब नेपालीमा

बुटवल, जेठ ११ (मेसस) । बौद्ध संस्कृति तथा पुरातत्वको लागि महत्वपूर्ण चिनियाँ ग्रन्थ 'फु गो ची' नेपाली भाषामा अनुवाद गरिएको छ । बौद्ध चिनियाँ तीर्थयात्री भिक्षु फासियानले १६ सय वर्षअघि बौद्ध राज्यहरुको भ्रमण गरी त्यसको यात्रा विवरण लेखेका थिए । बौद्ध पुरातत्वको क्षेत्रमा यो महत्वपूर्ण ग्रन्थ दुर्लभ मानिन्छ । लुम्बिनी बौद्ध विश्वविद्यालय अनुसन्धान केन्द्रले बेइजिङ लोङमिङ्ह नेटवर्क कम्पनी, चीनको सहकार्यमा पुस्तक नेपालीमा अनुवाद गरेको हो । विश्वविद्यालयका सहप्राध्यापक डा.सागर न्यौपाने र सहायक निर्देशक चुरामणि पोखरेलले अनुवाद गरेको बौद्ध राज्यहरुको अभिलेखनामक पुस्तक सोमबार (११ जेठ २०८३) लुम्बिनीमा एक कार्यक्रमको आयोजना गरी विमोचन गरिएको छ । तीर्थयात्री फासियानको यात्रा विवरण लेखिएको अभिलेखकै आधारमा बुद्ध जन्मस्थल लुम्बिनी, शाक्यहरुको राजधानी तिलौराकोट, अस्तुधातु राखिएको स्थान रामग्रामका साथै भारतमा रहेका बौद्ध स्थलहरुको पुरातात्विक पहिचान भएको छ । अभिलेख फ्रेन्च, अग्रेजी र हिन्दी भाषामा अनुवाद गरिएको थियो । चिनियाँ लिपिबाट पहिलो पटक नेपालीमा अनुवाद गरिएको अनुवादक न्यौपानेले जानकारी दिए । 'हामीले चीनको सिन, चिन, मिङ र छिङ वंशकालमा प्रकाशित चिनियाँ लिपिकै आधारमा अनुवाद गरेका छौं,'उनले भने ।

पुस्तक विमोचन गर्दै लुम्बिनी बौद्ध विश्वविद्यालयका उपकुलपति डा.माणिकरत्न शाक्यले बौद्ध इतिहासमा फासियान र ह्वेनसाङ्गको दस्तावेजसहितको यात्राविवरण महत्वपूर्ण रहेको बताए । बौद्ध राज्यहरुको अभिलेख पुस्तकले अध्ययन अनुसन्धानमा संलग्न नेपाली अनुसन्धानकर्ताहरुलाई सहज हुने उनले बताए । फासियानले पुस्तकमा तत्कालीन बौद्ध राज्यहरुको सांस्कृतिक तथा आर्थिक अवस्थाका साथै बौद्ध स्थलहरुको विषयमा परिचर्चा गरेकाले नेपाली भाषामा अनुवाद हुनु महत्वपूर्ण कार्य रहेको उनले बताए ।

सिल्करोड सांस्कृतिक कार्य कमिटी एवं चीन संस्कृति प्रवर्द्धन सोसाइटीका निर्देशक साङ्ची चसीले फासियानको पुस्तकले शब्दहरू मात्र होइन, सभ्यताको सम्झना र मित्रताको निरन्तरता पनि बोकेको बताइन् । सियानदेखि जुआनजाङसम्म, प्राचीन सिल्क रोडदेखि आजको बेल्ट एण्ड रोड इनिसिएटिभसम्म, चीन र नेपालले सांस्कृतिक आदानप्रदान मार्फत सधैं एकअर्कालाई उज्यालो पारेको भन्दै उनले लङमिङ्ह नेटवर्क टेक्नोलोजी कम्पनी लिमिटेडले यस अनुवादको प्रकाशनलाई सुरुवात बिन्दुको रूपमा प्रयोग गरेकोमा धन्यावाद दिए । त्यस्तै लङमिङ्ह नेटवर्क कम्पनीका निर्देशक जुयुले लुम्बिनी बौद्ध विश्वविद्यालयसँग थप चिनियाँ र नेपाली सांस्कृतिक क्लासिकहरूको पारस्परिक अनुवाद र प्रसारलाई प्रवर्द्धन गर्न काम जारी राख्ने आशा राखे ।

कार्यक्रममा लुम्बिनी बौद्ध विश्वविद्यालयका रजिष्ट्रार इन्द्रप्रसाद काफ्लेले बौद्ध संस्कृतिको पहिचान, अध्ययन अनुसन्धानमा यो पुस्तक महत्वपूर्ण हुने बताए । विश्वविद्यालयले निरन्तर रुपमा यस्ता महत्वपूर्ण ग्रन्थहरुको अनुवाद गर्दै जाने बताए ।

लुम्बिनी अनुसन्धान केन्द्रका निर्देशक प्रा.डा. गितु गिरीले फासियानको यात्रा विवरण बौद्ध इतिहासकै महत्वपूर्ण दस्तावेज भएको बताए । अनुसन्धान केन्द्रले यस्ता थुप्रै प्राचीन ग्रन्थहरु अनुवाद गर्ने काम जारी राखेको बताए ।

सोही अवसरमा लुम्बिनी बौद्ध विश्वविद्यालयमा ४० लाख रकमको फासियान तथा ह्वेनसाङ अनुसन्धान कोष स्थापना गरिएको छ । चिनियाँ दाताहरुको सहयोगमा यो कोष स्थापना गरिएको हो । सो कोषको रकम विश्वविद्यालयको योजनाअनुसार अनुसन्धान कार्यमा खर्च गरिनेछ ।

बुटवल उपमहानगरद्वारा चार जीपीए ल्याउने विद्यार्थीलाई सम्मान

बुटवल, जेठ ११ (मेसस) । बुटवल उपमहानगरपालिकाले माध्यामिक शिक्षा परीक्षा (एसईई) २०८२ मा चार जीपीए ल्याएर उत्तीर्ण हुने विद्यार्थीलाई सम्मान गरेको छ ।

नगरभित्रका सामुदायिक र संस्थागत विद्यालयबाट 'चार जीपीए' ल्याएर एसईई पास गर्ने विद्यार्थीलाई आगामी शैक्षिक यात्राको शुभकामनासहित उपमहानगरपालिकाले सम्मान गरेको हो ।

बुटवलबाट यो वर्ष ४७ जना विद्यार्थीले चार जीपीए ल्याएका थिए । ४ हजार १६१ जना विद्यार्थी परीक्षामा सहभागी थिए । गत वर्ष नगरबाट ४८ जना विद्यार्थीले फोर जीपीए ल्याएका थिए । सम्मान कार्यक्रममा बोल्दै नगर प्रमुख खेलराज पाण्डेयले शिक्षा क्षेत्रलाई उपमहानगरपालिकाले पहिलो प्राथामिकता र उच्च लगानी गरेको बताए । बुटवलले कुल बजेटको २७ प्रतिशत शिक्षा क्षेत्रमा लगानी गरेको छ । विद्यार्थी संख्या हेरेर दरबन्दी मिलान गरी शिक्षालाई सुधार गरिरहेको उनको भनाइ छ ।

कायक्रममा बोल्दै उपप्रमुख सावित्रा अर्यालले बुटवल शैक्षिक हव बनेको रुपमा विकास भएको बताइन् । विद्यार्थीलाई उच्च शिक्षाको गन्तव्य बनाउन पनि विद्यार्थीहरुलाई उपमेयर अर्यालले आग्रह गरिन् । बुटवलमा यो वर्ष चार जीपीए अक्सफोर्ड माविका ११ जना विद्यार्थीले ल्याएका थिए । त्यस्तैगरी दीप बोर्डिङका ७ जना र कालिका मानवज्ञान माविका ६ जना विद्यार्थीले चार जीपीए ल्याएका थिए ।

गणतन्त्र ...

नेपाल २०६५ जेठ १५ गते गणतन्त्र घोषणा भएको थियो ।

त्यसयता वर्षेनी जेठ १५ मा गणतन्त्र दिवसमा टुँडिखेलमा समारोह गर्ने र प्रधानमन्त्रीले सम्बोधन गर्ने गरेका थिए । २०८२ को गणतन्त्र दिवसमा प्रधानमन्त्री केपी ओलीले सम्बोधन गरेका थिए । २०८१ को गणतन्त्र दिवसमा प्रधानमन्त्री पुष्पकमल दाहाल 'प्रचण्ड' ले सम्बोधन गरेका थिए ।

साथै २०८० को गणतन्त्र दिवसमा प्रधानमन्त्री पुष्पकमल दाहाल 'प्रचण्ड', २०७९ को गणतन्त्र दिवसमा प्रधानमन्त्री शेरबहादुर देउवा, २०७८ को गणतन्त्र दिवसमा प्रधानमन्त्री केपी ओलीले सम्बोधन गरेका थिए । गणतन्त्र दिवसमा राष्ट्रपति, उपराष्ट्रपति, प्रधानमन्त्री, सभामुख, राष्ट्रिय सभा अध्यक्ष, प्रधान न्यायाधीश, उपसभामुखलगायत विशिष्ट व्यक्तिहरू सहभागी हुने गरेका छन् ।

ट्वाइलेट सफा गराउनुहोस्
के तपाइको घरको शिट, नाली, जाम भयो भने चिन्ता नलिनुहोस र सेनेटरी जगतमै बढी क्षमता, अत्याधुनिक प्रविधि, पावर फूल रोटर भ्याकुम पम्प, बिजुली नचाहिने एक मात्र सेनेटरीलाई सम्पर्क गर्नुहोस् । लोडसेडिङको बेला पनि सेवा दिइनेछ ।
तिनाउ सेनेटरी
ट्याक्सी रिजर्वको लागि पनि सम्पर्क गर्नुहोला ।
बुटवल, १०, सुख्खानगर, रुपन्देही
फोन: ९८५७०५८८१३, ९८०७१८०८१३

ट्वाइलेट सफा गराउनु परेमा
सेफ्टी टंकी, रिङ्ग सफा गर्नु परेमा तथा सेनेटरी सम्बन्धी कुनै पनि काम गर्नु परेमा हामीलाई सम्पर्क गर्नुहोला।
गगन सेनेटरी
बुटवल, ८, सुख्खानगर, रुपन्देही
फोन: ९८६७०२१६१४, ९८१५४४७६४८
९८०४४१३२८७, ९८१६४६४१७२

ट्वाइलेट सफा गराउनुहोस्
सेफ्टी टंकी, रिङ्ग सफा गर्नु परेमा तथा सेनेटरी सम्बन्धी कुनै पनि काम गर्नु परेमा हामीलाई सम्पर्क गर्नुहोला।
पाल्पाली मगर सेनेटरी
बुटवल, १७, मोतीपुर, रुपन्देही
फोन: ९८६७१२२३५५, ९८१२९६३२२५,
९८२४४७७७७०

मेचीकाली सन्देश प्रकाशन प्रा.लि. बुटवलद्वारा प्रकाशित मेचीकाली सन्देश राष्ट्रिय दैनिकका लागि: अध्यक्ष- होमराज बस्याल, प्रधान सम्पादक- बसन्तराज खनाल, कार्यकारी प्रमुख- विष्णु गैरे
प्रधान कार्यालय: बुटवल-९, मिलनचोक, रुपन्देही, फोन: ०७१-५३६००५, ५३१५२१ (प्रशासन/विज्ञापन), ५५४०८८ (सम्पादन), Email:mechikalidaily@gmail.com (News), mechikaliadd@gmail.com (Advt.) Website: www.mechikalinews.com,मुख्य शाखा कार्यालय: भैरहवा फोन: ०७१-५७६१३६