



नव ज्ञानचेतना

NAWA JANACHETANA NATIONAL DAILY राष्ट्रिय दैनिक



फिल्मको छायाँ सुरु गरिएको अभिनेत्री सविता लुईटले जानकारी दिइन् ।

आजको विचार...



सुनन किराँती

चलचित्र 'जेरी अन टप'को टिजर सार्वजनिक भएको छ । अनमोल केसीको मुख्य भूमिका रहेको चलचित्रको टिजरमा कथावस्तु र पात्रको चरित्र बुझाउन खोजिएको छ । चलचित्रको निर्देशन सुबो ज्ञानले गरेका हुन् । सगरमाथा आरोहण र यात्राको क्रममा हुने प्रेमकथामा निर्माण भएको चलचित्रमा अनमोलसहित जसिता गुरुङ, अर्चना शर्मा, केदार धिमरे 'माउले बुडा', सुवन केसी र उषा खड्गीको अभिनय छ । चलचित्रको पटकथा हेमराज बीसी हुन् ।

११ वर्ष ३१ अंक ४२ १०८२ मदी १२ गते बिहीबार 28 August 2025, Thursday पृष्ठ संख्या ८ मूल्य रु ५/-

संक्षिप्त समाचार

हवाई आक्रमणमा १२ को मृत्यु

(रासस/एएफपी)

मराउक यु, भदौ ११/म्यानमाको पश्चिमी राखिन राज्य अन्तर्गतको मराउक यु नगरमा सोमबार राति भएको हवाई आक्रमणमा कम्तीमा १२ जनाले ज्यान गुमाएका छन् । स्थानीय बासिन्दाहरूका अनुसार राति करिब ११ बजेतिर सो घटना घटेको हो । राखिन राज्य विगत केही समयदेखि द्रष्टव्य रहेको आएको छ, जहाँ सेनाले विद्रोही समूहहरूसँग संघर्ष गरिरहेको छ । सन् २०२३ मा तत्कालीन निर्वाचित सरकारलाई हटाएर सेनाले सत्ता हातमा लिएपछि देशभर द्रष्टव्य चर्किएको हो । स्थानीय निवासी माउड थान चायले उक्त आक्रमणमा आफ्ना तीन नातिनातिनीहरू गुमाउनु परेको बताउँदै भने, 'यो मेरो जीवनको सबैभन्दा ठूलो पीडा हो । खानेकुरा छैन, बस्ने ठाउँ छैन, भाँडा छैन, पैसा छैन - सबै कुरा नष्ट भयो ।' कम्तीमा १० वटा शवहरू सार्वजनिक रूपमा अन्तिम श्रद्धाञ्जलि लागि राखिएको दृश्य अत्यन्तै दुःखदायी थियो । कतिपयलाई उनीहरूले मन पराएका पोशाकमा सजाइएको थियो । आफन्तजनले आँखा पुछ्दै, तस्बिर अँगालेमा राख्दै अन्तिम विदाइ गरेका थिए । राखिन राज्यका १७ नगरमध्ये अहिले म्यानमार सैनिको नियन्त्रणमा ३ मात्र रहेका छन् । सेनाले यही वर्षको नोभेम्बरमा १२ गतेदेखि चरणबद्ध रूपमा निर्वाचन आयोजना गर्ने योजना बनाएको छ ।

आज तिजको व्रत बसेका महिलाले सप्तऋषिको पूजा गर्दै

राजपञ्च रायपाकी

पाखा, भदौ ११/माइ शुक्ल पञ्चमीका दिन मनाइने ऋषिपञ्चमी आज हिन्दु नेपाली नारीहरूले अरुन्धतीसहित सप्तऋषिको पूजा आराधना गरी मनाउँदै छन् । तिजको व्रत बसेका महिलाले आज बिहानै उठेर नित्यकर्म गरी नखिको नदी, खोला, ताल, तलैया र पोखरीमा गई ३६५ वटा दत्तवनले दत्त माइने, गाईको गोबर, माटो एवम् खरानी लगाई स्नान गर्दछन् ।

हरितालिका (तिज) को व्रत एवम् पूजाआजा महिला पुरुष दुवैले गर्ने शास्त्रीय वचन रहे पनि ऋषिपञ्चमी भने महिलाले मात्र गर्नुपर्ने शास्त्रीय वचन छ । तिजको व्रत बसेकी तानसेन भगवतीटोलकी रेनुका बस्याल आज सप्तऋषिको पूजा गर्ने तयारीमा जुटेकी छन् । रजस्वलाका समयमा छोड्छुद लगायत कुनै वृत्ति भएको भए ऋषिपञ्चमीको दिन अरुन्धतीसहित सप्तऋषिको पूजा गर्नाले त्यसबाट मुक्ति पाइने वा पाप पछालिने धार्मिक विश्वासले हरेक वर्ष ऋषिपञ्चमीका दिन सप्तऋषिको पूजा गर्ने गरेको बस्यालले बताइन् । कैलाशनगरकी वसन्ती अधिकारी पनि तिजको व्रत बसेकोले आज ऋषिपञ्चमीमा सप्तऋषिको पूजा गर्ने



फाईल फोटो

तरखरमा छिन् । हरेक वर्ष जस्तै यस वर्ष पनि तिजको व्रतसँगै सप्तऋषिको पूजा आराधना गर्ने गरेको उनले सुनाइन् । अधिकारीले ऋषिपञ्चमीको पूजा नगरे तिजको व्रत अपुरो हुने धार्मिक विश्वास रहि आएको छ । त्यसैले नारीहरू मात्र शुक्ल पञ्चमीका दिनमा मनाइने ऋषिपञ्चमी अरुन्धतीसहित

बस्याल जस्तै तिजका व्रतालहरूले तिजको पर्सिपल्ट सप्तऋषिको पूरा गरी व्रत समाप्त गर्दछन् । ऋषिपञ्चमीको पूजा नगरे तिजको व्रत अपुरो हुने धार्मिक विश्वास रहि आएको छ । त्यसैले नारीहरू मात्र शुक्ल पञ्चमीका दिनमा मनाइने ऋषिपञ्चमी अरुन्धतीसहित

सप्तऋषिको पूजा आराधना गरी मनाउने गर्दछन् । आजको दिन दत्तवन, गाईको गोबर, माटो र खरानी प्रयोग गरी स्नान गरेर पञ्चगव्य सेवन गर्नाले छुवाछुतको दोष निवारण हुन्छ भन्ने शास्त्रीय वचन रहेको छ । महिलाको रजस्वलासित जोडिएको

ऋषिपञ्चमीका विषयमा एक किम्बदन्ती पनि प्रचलित छ । प्राचीन समयमा इन्द्रले विश्वरूपको शीरलाई तीन टुक्रा पारी हत्या गरेका कारण बृहम हत्याको पाप भोग्नुप्यो । यस हत्याबाट पिरालिएका इन्द्रले आफ्नो दुःख ब्रह्मालाई सुनाए । इन्द्रको ब्रह्म हत्या निवारणका लागि ब्रह्माले एक वर्षसम्मको दोष इन्द्रलाई भोग गराई बाँकी दोष पृथ्वी, वृष, जल र स्त्रीमा चार भाग लगाई चारैतिर फ्याँकिदिए । यसैकारण उज्जनी नहुने उर्वरभूमि, वृषबाट निस्कने खोटो, पानीमा निस्कने बुदबुद फेन अर्थात् फिँज र स्त्रीमा रज देखिन थालेको धार्मिक विश्वास रहेको पाइन्छ । रजस्वला भएका बेलामा अरुलाई छोड्छुद गर्दा महिलाको शरीरबाट निस्कने विकृत रजका कीटाणुले नराम्रा रोग निम्त्याउने र त्यसले गर्दा महिलालाई नै पाप लाग्ने भएकाले छुन नहुने र जानी नजानी छोडिएमा आजको दिनमा अरुन्धतीसहित सप्तऋषिको पूजा गर्नाले त्यस पापबाट मुक्त भइने धार्मिक विश्वास रही आएकोले यस पर्वलाई वैज्ञानिक मान्नुपर्ने धर्मशास्त्रीहरू बताउँछन् ।

विपद्मा यौन तथा प्रजनन स्वास्थ्य सेवामा विशेष ध्यान दिनुपर्नेमा जोड

कृष्ण पोखरेल

पाल्पा, भदौ ११/विपद् तथा जोखिमका समयमा पनि यौन तथा प्रजनन स्वास्थ्य सेवा प्रभावकारी तथा निरन्तरता हुनुपर्नेमा सरोकारवाला पक्षहरूले जोड दिएका छन् । विश्व मानवतावादी दिवस २०२५ को अवसरमा नेपाल परिवार नियोजन संघ पाल्पाले तानसेनमा गरेको अन्तरक्रिया कार्यक्रममा विपद् र आपतकालीन अवस्थामासेत यौन तथा प्रजनन स्वास्थ्य सेवाको लागि पुर्व तयारीको रूपमा सरोकारवाला निकायको भूमिका महत्वपूर्ण हुनेमा बक्तहरूले जोड दियो ।

प्राकृतिक तथा गैर प्राकृतिक रूपमा हुने विपद्का घटनाहरूका भेद्यन बढी बालबालिका, महिला र बृद्ध बृद्धाहरू पिडित हुने, हिंसात्मक गर्न भएकोले ब्यास्र व्यवस्थापनसँगै यौन तथा प्रजनन स्वास्थ्यको विषयमा पनि विशेष ध्यान राख्नुपर्ने बक्तहरूले जोड दिए । कार्यक्रममा लुम्बिनी प्रदेश तथा सदस्य एवं पूर्व मन्त्री विर बहादुर रानाले हरेक किसिमका विपद्का घटनापछी महिला बालबालिकाहरूलाई बढी जोखिममा पर्दै आएकोले सरोकारवाला निकाय तथा



व्यक्तिसंगको छलफल अन्तरक्रिया तथा सवादले आगामी दिनमा हुने विपद् स्वास्थ्य जोखिमलाई न्युनिकरण गर्ने बताए । विगतमा भूकम्प, कोरोना बहर बाट पाठ सिक्दै तथा जिल्लामा हुने गरेको बाढि पहिरो, आगलागी जस्ता विपद् घटनामा महिला तथा बालबालिकाको स्वास्थ्य सुरक्षा तथा उपचारको लागि कार्ययोजना बनाएर काम गर्दै आएको सहयोग प्रमुख जिल्ला अधिकारी ऋषिराम सुवेदीले बताए । कार्यक्रममा नेपाल नेत्र ज्योति संघ पाल्पाका सभापति बुद्धि प्रसाद शर्मा, स्वास्थ्य कार्यालयकी पब्लिक हेल्थ नर्स

शांति भण्डारी, नेपाल पत्रकार महासंघ पाल्पाका उपाध्यक्ष मुक्ति न्यौपाने लगायतका वक्ताहरूले विपद्पश्चात देखिने स्वास्थ्य जोखिमका बीचमा महिलाहरू र संवेदनशील समुदायलाई प्राथमिकतामा राख्नुपर्नेमा जोड दिए । सो अवसरमा सहभागीहरूले विपद्का बेला महिलाको सम्मान, सुरक्षित वातावरण र प्रजनन स्वास्थ्य अधिकारलाई आधारभूत मानवीय अधिकारको रूपमा व्यवहार गर्नुपर्ने बताए । कार्यक्रममा नेपाल परिवार नियोजन संघ पाल्पाका प्रबन्ध निर्देशक सो वाकांता न्यौपानेले विपद् र

आपतकालीन अवस्थामा महिला तथा बालबालिकाहरूमा पर्ने असरको बारेमा प्रष्ट पारे । उनले विपद्मा गर्नुपर्ने, प्रजनन स्वास्थ्य सेवाको पूर्वतयारी, आवश्यक औषधि तथा सामग्रीको उपलब्धता, तालिम प्राप्त स्वास्थ्यकर्मीको परिचालन र महिलाको सुरक्षा अवस्था बारे जानकारी दिए । उनले विपद् आएपछि गर्भवती, सुकेरी र महिलाहरू बढी जोखिममा पर्ने भएकाले सुरक्षित प्रसूति सेवा, परिवार नियोजन, यौन हिंसाबाट जोगाउने उपाय, तथा स्वास्थ्य संस्थासँग सहकार्य अनिवार्य हुनेमा जोड दिए । कार्यक्रममा वक्ताहरूले विपद् व्यवस्थापन योजनामा स्वास्थ्य क्षेत्रलाई प्राथमिकतामा राख्न, सञ्चार माध्यममार्फत जनचेतना अभिवृद्धि गर्न र स्थानीय तह तथा समुदायबीच सहकार्य मजबुत बनाउनुपर्ने सुझाव दिए । संघका कार्यवाहक सभापती माधव अर्यालको अध्यक्षता, सदस्य पुष्करराज रेग्मीको सञ्चालनमा कार्यक्रम भएको थियो । संस्थाको विपद् स्वास्थ्यमा सहयोग पुर्याउने सुरक्षा निकाय, विभिन्न संघ-संस्थाहरूलाई सम्मान गरेको छ ।

पाल्पाका नयाँ प्रजिअको रूपमा महिला सबै पक्षसँग समन्वय गर्ने प्रतिवद्धता



पाल्पा, भदौ ११/महिला प्रमुख जिल्ला अधिकारीका रूपमा पाल्पा आएका विनु बजाचार्य कुँवरले सबैपक्षसँग समन्वय गरेर काम गर्ने प्रतिवद्धता जनाएकी छन् । हालै प्रमुख जिल्ला अधिकारीको जिम्मेवारीमा आएका विनु कुँवरले जिल्लामा श्रुसासन कायम गर्दै निति नियम र कानुनको परिधिमा रही सबैको समन्वयमा काम

गर्ने प्रतिवद्धता जनाएकी हुन् । बुधबार जिल्लाका पत्रकारहरूसँग भेटघाट गर्दै प्रजिअ कुँवरले सुरासा, पादशीता, चुस्त सेवा प्रवाहका लागि आफु प्रतिवद्ध भएर लाग्ने भन्दै आवश्यक सहयोग गर्न पत्रकारहरूलाई आग्रह गरिन् । उनले सूचनाको हक कायम गर्ने दिशामा समेत आफु सक्रिय भएर लाग्ने बताइन् ।

-बाँकी अन्तिम पृष्ठमा...

सम्पादकीय

ऋषिपञ्चमीको व्रत महिमा

भाद्र शुक्ल पञ्चमीको दिनलाई ऋषिपञ्चमी भनिन्छ । यो हिन्दू धर्मावलम्बीहरूका विभिन्न पर्वहरूमध्ये एक महत्त्वपूर्ण चाड हो । महिला विशेषले विधिपूर्वक स्नान गरी अरुन्धतीसहित सप्तर्षिको पूजा यस दिन गर्ने विधान रहेको छ । सप्तर्षिको विशेष पूजा आराधना गरिने पञ्चमी तिथिको दिन भएकाले यस दिनलाई ऋषिपञ्चमी भनिएको हो । शारीरिक एवं आत्मिक रूपमा पवित्र रही आयु आरोग्य र ऐश्वर्यको कामना यस पर्वको मुख्य विशेषता हुन् । यसैगरी वर्ष दिनसम्म भए गरेका ज्ञात अज्ञात स्पर्श, भक्ष्य, आदि दोषबाट निवृत्त हुन पञ्चमीको स्नान एवं अरुन्धतीसहित सप्तर्षिको पूजा अर्चना गर्ने गरिन्छ ।

यो नारी विशेषको पर्व हो । विशेष गरी रजस्वला हुने नारीहरूले यस दिन विशेष स्नान गरी ज्ञात अज्ञात दोषहरूको प्रायश्चित्त गर्ने शास्त्रीय विधान छ । पञ्चमीका दिन बिहान नदी वा तलाउमा गई पूर्वाभिमुख भएर ३६० अपामार्गले दौँत माझनुपर्दछ । यसपछि तीन सय साठी पटक श्रीरामा माटो लेपन गरी स्नान गरिन्छ । यसरी स्नान गरेपछि ३६० अपामार्गले जल अभिषेचन गर्नुपर्दछ । स्नान पश्चात् पूजास्थानमा आई पञ्चगव्य प्राशन पूर्वक दीपकलश गणेश स्थापना गरी अरुन्धती सहित कश्यपि सप्तर्षि (कश्यप, अत्रि, भरद्वाज, विश्वामित्र, गौतम, जमदग्नि, वशिष्ठ) को षोडशोचारले पूजा हुने गर्दछ । हुन त आजको समयमा रजस्वला भनेको प्राकृतिक प्रक्रिया हो र यसलाई छुवाछूतसँग तुलना गर्नु पाखण्डपन हो भन्ने आवाज पनि चलिरेहको छ । तर यसलाई नेपाली समाज र हिन्दु धर्मको दर्शनले त्यस्तो मान्दैन । हिन्दु दर्शनले रजस्वला भएको ४/५ दिनसम्म छोडिछुत्तो गर्न नहुने बताउँछ । यति नारीहरू रजस्वला हुँदा जानेर वा नजानीकै गरिएका जति पनि पापकर्म छन्, तिबाट मुक्ति पाउनका लागि यसको व्रत गर्दछन् । तसर्थ यो पर्वको अप्रत्यक्ष रूपमा महिलाहरूको सशक्तीकरण र सबलीकरणमा विशेष महिमा रहेको पाइन्छ ।

f Opinion @ Social Network

आफै भित्रको 'म' हराएको छ भने
अरू भित्रको 'हामी' खोज्नु बेकार छ

(निरुता क्षेत्रीको फेसबुक स्ट्याटसबाट www.facebook.com/Niruta.Chhettri)

यो स्तम्भमा सामाजिक संजालमा पोस्ट गरिएका धारणाहरु राख्नेछौ । यसका लागि हाम्रो फेसबुक पेज www.facebook.com/shittalapati मा लगइन गर्न सक्नुहुनेछ ।

नक्जानचेतना दैनिकको रुपमा तपाईंसामु आईरहेको छ । जो पत्रिका अग्ल स्तरीय अनि पठनीय बनाउनको लागि तपाईंहरुको अनुल्य सुझावहरुको हामीलाई अत्यन्तै जरुरी छ । पाठकवृन्द तपाईंका सुझावहरु दिई हामीलाई सहयोग गर्नुहुन हामी अनुरोध गर्दछौं ।

नवजनयेतना दैनिक
भगवतीटोल तानसेन, पाल्पा

भगवतीटोल तानसेन, पाल्पा

बटवल ०७१-५४०२२

[illegible]

अस्पताल कार्यालय

5. लुम्बिनीसिटी अस्पताल ०७१-५५१५५७, ५५१५५८ बृत्तवल हस्पताल ०७१-५४६४३२
लुम्बिनी अञ्चल अस्पताल ०७१-५४०२०० लुम्बिनी नर्सिङ होम ०७१-५४२६४१ ५४५६४१

रैथाने स्वाद र स्वामित्वमा आधारित हुनुपर्छ नेपाली समाजवाद



सूदन किराती

अवस्था, समय र स्थान अनुसार परिस्थिति र
सन्दर्भ बदलिन्छ । बरु फरक-फरक विषयका
असल अभ्यासहरू समायोजन गरी अनुसरण गर्न
सकिन्छ तर यात्रिक ढंगले जस्ताको त्यस्तै
लागू गर्दा दुष्परिणामहरू जन्मिने खतरा हुन्छ ।
उदाहरणका लागि चिनियाँ विशेषताको
समाजवाद निर्माण गर्दा एउटा राजनीतिमा अर्को
अर्थनीति जोडेरै कारण आज चीन सुपरपावर
राष्ट्रको रूपमा उदाएको छ ।

संस्कृतिवर्धन बल्लभ साहू ने रमिन्देन ।
 हाप्पो देश नेपालको चर्चो छ । हिमालय
 र क्षेत्रमा विशाल भूतकाली पड्को
 जस्तो तनिकाको भूगोल छ ।
 त्यसकारण, विशिष्ट प्रकारले सामाजिक
 संरचना निर्माण भएको छ । दुई
 पछिबाट च्यापि बनेको संयुक्त भूगोल
 एक समुदाय र अर्को समुदाय बीच
 अलग-अलग भएर रहन सक्ने सम्भावना
 नै रहेन । एकातिर भौगोलिक
 निर्माणाटाले र अर्कोतिर देशको
 चारैतिरबाट फर्क भुवाहरू आएको
 हुनाले नेपालमा फाक-फाक समुदायको
 मिश्रित समाज र संस्कृतिको निर्माण
 गर्ने । त्यसले, एकात्मसहित अन्तर्गत
 गर्ने उपक्रम प्राग्-पुतिहासिक कालदेखि
 हाल सम्म पनि निरन्तर छ ।
 इतिहासका अनुसार फाक-फाक
 जाति मिसिएर एक जाति पनि बन्थो
 भन्ने तर्क छ । तर पछिल्लो
 कालखण्डमा त्यस्तो भएन । बर
 अलग-अलग समुदाय एकैठाउँमा मिसिएर
 बस्ने खालको सामाजिक संरचना
 बन्थो । यस्तो हुनुमा दुई वटा
 राजनीतिक घटनाहरूले निर्णायक
 भूमिका खेलेका छन् एउटा, पश्चिमभारत
 पूर्व आक्रमण र अर्को, पश्चिमभारत
 शाहको गोर्खा राज्य विस्तारका क्रममा
 भोजपुरी शासन गर्ने पृथ्वीनारायण
 राजनीतिक चरण र दोस्रो, पश्चिमभारत
 शाहको गोर्खा राज्य विस्तारका क्रममा
 हुन पुगेको राजनीतिक-भौगोलिक
 एक पुरानो । यस्तो राजनीतिक
 परिस्थितिले गर्दा अलग-अलग
 समुदायहरू प्राग्, एकटैठ्ठा एकात्ममा
 मिसिएर अर्थात् बलियो बन्नुपर्ने भएन
 समाज 'तल यसरी विभाजन हुन सक्ने
 गरी जोडिएर रहेको छ तर 'माथि
 अर्थात् केन्द्रमा राजनीतिमा फाटो छ ।
 सामान्यतया एकात्मको सहअस्तित्व
 स्वीकार गर्नलाई सम्भव छैन । यसलाई
 हाप्पो राजनीतिले आत्मसात् गर्नुपर्छ ।
 समाज उपभोक्ता ठाउँमा राजनीतिक
 आधारको दिति हामी झुल्झ मार्न सक्छौं ।
 समुद्धि अथवा समाजले यो भनिरहेको
 छ, त्यो हामसँग पनि सक्छौं । हाम्रो
 भए पनि यतिबेला यौद्धिक र राजनीतिक
 दृष्टिभित्र नेपाली विप्लवगतको
 समाजवादको आधार अर्थात् दंगो उठाउ

थोले थोले । 'नहुनु मामा भन्दा कानै
 मामा थाले' भने नेपाली उखान अर्को
 यो बहस हुनु सक्छावैदा कुरा हो ।
 तर नेपाली विशेषताको समझाव
 कस्तो हुन्छ भनेर कुरा कसैको परि-
 स्पष्ट व्याख्या छैन न । नेपाली
 विशेषताको समझावदा कस्तो हुन्छ
 भनेर सन्दर्भमा एकवर्तीले सामुदायिक
 समझावद भनेर तर्क पनि अधि साव-
 द्य । तर त्यो सामुदायिक समझाव
 भनेको के हो र कस्तो हुन्छ ? यसमा
 हाम्रो सन्दर्भमा कसरी बुझ्ने ? त्यस-
 रहेको जसको कुरा गर्दा यहाँ साँच्चै
 हुकिरहेको संकीर्णतालाई हामीले विस्म-
 गली गर्नुहुँदैन । अहिले, सामुदायिक
 समझावद भन्नेछौं। अर्थमा यसलाई
 संकीर्णताको रूपमा परिभाषित गर्दै जाँदा
 र सम्पादको संकीर्णता प्रवेश गर्ने
 गरिने त होइन भन्ने थाहाको छ ।
 यसको ज्वलन्त उदाहरण हो, पछिचाको
 मुढाछाई इतिहास, सभ्यता
 संस्कृतिमाथिको कुरा आरोप लाग्छ।
 निषेध गर्ने छोडियो र छोडिदिएँ । त्यस-
 प्रतिकू वातावरणमा समझावदको
 मार्गीच स्पष्ट गर्नु छ । खोज अनुसन्धान
 गरेर निक्के सामुदायिककू आचार
 बढाउनुपर्छ । समुदायकू मिलेर न
 नेपाली समझ बनेको छ भने बुझा-
 संसागत हुनै जरूरी छ । तिनीहरूको
 अलग गरेर एक पक्षीय, एकवर्ती
 छुट्टै भाँडामा हालेर परिभाषिने बगल
 प्रायः मान्य गर्ने गमिदैन । स्मरण-
 नुपुनै कुरा के हो भने, यति विशाल
 विशिष्टतायुक्त प्रष्टा एउटा अन्धकारको
 रसायन हामीसँग छ, यो दुनियाँको
 निमित्त अनुसन्धारी र अनुकरणीय विषय-
 हो । त्यो के हो भने यहाँ सामुदायिक
 महसुस पनि किल्हिलै भएन त ।
 असहिष्णुताको वातावरण पनि किल्हिलै
 फैँएन । सम्मानको मुद्दा सम-
 सापेक्षित सम्बन्धन हुन नसके पनि यह-
 र्ने फैलाउन खोजिएको जसको, धार्मिक
 र सांस्कृतिक असहिष्णुताको घातक वि-
 र्किल्लै संक्रमित हुन सकेन ।
 शक्ति र सम्पत्ति यही हो । साधन-
 भन्नुपर्दा हाम्रो सामाजिक संरचनामा
 विविधता भित्रको अभिवाच एउटा छ
 अर्को अर्थमा हाम्रो समाज एक सिक-

हैं। पाटो जस्तै छ । त्यसैले अहिले विस्तारै सहाइ चिनाइले गरेको बरस समाजवादीक समाजवादीहरू नेपाली सन्दर्भमा 'नेपाली जनताको समाजवाद' भन्ने शब्द प्रयोग गरियो भने त्यही नै हागो नाला फर्कनले धरातीलीय तथ्यथ हुन सक्छ । नेपाली विशेषताको समाजवादी मूलहरू निर्माण गर्दा, हागै समाजको प्राणको रूपमा रहेको विधिधता भित्रको एकतालाई मुख्य आधार मानेर अर्ग बढ्न सके विश्वसामु 'नेपाली जनताको समाजवादी' मौलिक र उदाहरणीय सम्पन्नको रूपमा प्रस्तुत गर्न सकिन्छ । समाजवाद कोबाट जस्ताको त्यस्तै लाग्ने बस्तु होइन । अब त्यही पुग्ने पावनीलाई स्थापित गर्नुपर्छ । यही समाजमा भएको समाजवादी अथास, संस्कृति, इतिहास, दर्शनहरूका रूपरूपाङ्कशाले नै विकास गर्दै नेपाली मौलिक समाजवादीमा पुगिन्छ र त्यही व्यवस्था नै आजको 'नेपाली जनताको समाजवाद' हुनेछ । हागै सङ्घर्ष हागो पुखाले हस्तान्तरण गरेको संस्कृति छ । यो हागो प्रकृतिमैत्री संस्कृति हो । त्यो ज्ञान र संस्कृतिलाई आधारको विज्ञानसङ्घ जोडेर जाँदा हागैले हागै प्राकृतिक समाजवादको रसावदान गर्न पाउँछौ । हाग्रा समुदायमा आफ्नै खालको समाजवादी परम्परा छ । लिच्छविकालमा भएको पाञ्चाली बरा (पाँचजना समाजका प्रबुध थकित बनेर ठाउँको ठाउँ काम-कारवाही गर्ने प्रक्रिया) वा किरातको मुन्धुममा आधारित विवाह संस्कार, सोचेरा वा साङ्खेबरा वा थारूको बङ्गघरा वा नेचोरा परम्परामा भएको गुलौडी उदाहरणको रूपमा लिन सकिन्छ । चिचुरी र चैपाङको सम्जनलाई अर्को उदाहरणको रूपमा लिन सकिन्छ । चैपाङ समुदायमा छौरी जन्मेपछि चिचुरी रोप्ने चलन छ । बिसाल रोजुन आफैमा प्रकृतिगत योवादान गर्नु हो । चिचुरीमा छौरीको जीवन हुँदोरहेछ । छौरी बढ्दै जान्छ । चिचुरी पनि छौरीसँगै बढ्दै जान्छ । बिषेपछि छौरीलाई त्यही चिचुरी दाइजो दिने परम्परा छ । चिचुरी फुल्छ, त्यही फुल्बाट माहुरीले मह बनाउँछ । त्यसको दानाबाट तेल बनाइन्छ । चिचुरीको फल खात पनि मिन्छ र त्यही फलबाट रक्सी पनि बनाइन्छ । रक्सी आफू पिउन र पाहुना सत्कारमा पनि प्रयोग हुन्छ । चिचुरीमा चिचुरा आउँछ । चिचुरा मात्र त्यसको मासुलाई भोजन बनाइन्छ । चिचुरीको पातको टपरा गाँन्छ । दाइा चाँस बाख्छालाई खुवाउँछ । बाखा बेचेर अर्कै गाँा टारेर जीवन चलाइन्छ । त्यसको हाँगालाई दाउरा र घरपाठको ठोकिलोको रूपमा पनि प्रयोग हुन्छ । चैपाङ समुदायको यो अर्ग प्रणाली हाग्रा माटोमा जसलाई समाजवादको रूपन हुन । जसलाई हागैले विकास गर्ने सके र थाने ब्यार र ख्यमिबससहितको 'नेपाली जनताको समाजवाद' हुनेछ । हाग्रा उद्देश्य नेपाली विशेषताको समाजवादको स्थापना गर्ने हो । त्यसैले नेपालीपनकै रणनीति र कार्यक्रम बनाउनुपर्छ । यही साधनमा चढ्ने मात्र हागै साथ (सत्य) मा पुग्न सक्छौ । अन्यथा, मेचीतर्फको यात्रा थानेर मारकाली कररी पुग्यो ?

—नवानाज खबर उदकम

-वनलाइन खबर डटकम

दैनिक राशिफल

मेघ : आत्मबल र प्रेरणा बढने वि
नयाँ काम सुरु गर्न उपयुक्त समय छ
तृप्त : सहकर्मिहरूबाट सयोग पाइने
घन वा प्रशस्त धातु संग्रह गर्न सकिने
निष्पन्न : परिभाषित सुख मिल्ने
गम्यसर्वहर्ष : लाभायत्क वन्न सकने
कर्कट : धर्म कर्ममा रूचि बढ्नेछ ।
प्रसंगमा सुनिको कुरामा विश्वास नानुकुल
रिंह : धार्मिक कार्यक्रमहरूमा सहभा
भइलाय । आर्थिक पक्ष मिलाउन रहनेछ
कठस्या : सम्बन्धमा मित्राल सहज
अध्ययन वा काममा उन्नाति देखिन्छ

ना.	तुला : व्यापारिक योजनामा सहयोग मिल्नेछ। स्वास्थ्यको ध्यान राख्नुहोला।
१४.	गुरिचक : कामको चार बटुन सक्छ। स्वास्थ्यमा ध्यान दिनु उचित हुन्छ।
१५.	धनु : प्रतिस्पर्धीहरू बढ्नेछन्। रोकैको काम दोहोपार गर्न लाभ हुन्छ।
१६.	मकर : मान-समान प्राप्त हुने समय हो। पारिवारिक सहयोग पाइनेछ।
१७.	कुम्भ : कार्य क्षेत्रमा थपसा मिल्नेछ। परिश्रमले सफलता व्याउनेछ।
१८.	मीन : सकारात्मक सोचले नयाँ बाटो खोल्नेछ। आन्तरिक सन्तोष मिल्नेछ।



कथा ●

अमृत दाहाल

પૂરાનો ઘર

बस्तीभरि नरहरि अघ्यारो छु । टाढा
कोहेकोही कुकुर भएको र अलि पर
राजमार्गमा गुडेका गाडीका
आवाजवाहेक चपचपन् छन । तर १०२
नम्बरको छोपामा भने निरन्तर
आवाज आइरहेछु-ब्याड, ब्याड,
ब्याड, ब्याड... । त्यही छोपामित्र
छिन्, खाटमा बस्तेका नरहरि ।
खाटमात्रे होइन, चोयाने छोपेको र
जस्ताको छोपेको छोपे पनि जीण्ड
छु । जस्ता केही नभए पनि हरेक
वर्षायाममा आउने पानीले विनियथेको
पारेको चोया मोकिएर एउटिका
छु । ठाउँ-ठाउँमा प्वाल परेका
छन् । प्वाल छोप्न राखिएका
प्यान्टललाई हराएको भोकेले बेना-
बेनाला भए पछि पारिहेको छन ।
यी सबै चिजभन्दा पनि जीण्ड छन
नरहरी । दम भएको डेड बसको
पारेको यो । रिसोयाला उनका लागि
कालजस्तै बनेर आउँछ । दम भन्नु
बदछ । ७५ वर्षको यो उमेरमा नरहरी
अलि छु । र २ छोरा, एक छोरी र
श्रीमती अमेरिका पुगेवाला गइसके ।
उनलाई पनि जाऊ नमानेका भइछन ।
तर दम मानेन । स्वदेश भुटान जाऊ
पनि आशा त्याग्यो, पनि बाँकी
रहे । परिवारको आइहमा उनले
भनिएर-उमा जाऊ पाइने भने हरेक
पितृमृत्युमै मर्छु, अमेरिका बसिका
जान्ने । परिवारले थप कर
नदने । दोस्रो भुटा शरणार्थी बन्यो ।
मोका आफ्ना बेला तेस्रो, चौथो
पुस्तालाई शरणार्थी बनाउन चिनेन
परिवाले । उनले त्यतिबेला भनेका
थिए- नाति-नातिनैको यो बान्सा, दोस्रो,
छोराहरू राम्रो पर, तिमीहरू जाओ, म
जादिन । अनि नरहरिलाई एकै
छोरादेखि पारि अमेरिका उड्यो ५
वर्षअघि । २ वर्षअघिसम्म पनि
उनलाई एक्लोपनको आभाष भएन
थिए, पहिना बेल्की खाना पकाएर
खान, दिनेसो सधैं संगोतीहरूसँग बसेर
गर्न जान्ने चलेको थियो ।
किनभने, परिवार जस्तै मुलुग गएपछि
बस्तीमा छाडिएका बुबबुढाको हुनै
नथियो । उनिहरूसँग घर गर्थे ।
भुटामा विताएका दिन सम्झन्थे ।
त्यहीँका वस्तुभाउ, घरगोठ, आफूले
पिना महुकाका सेतवारि सम्झन्थे ।
दिन सल्ले कट्योथ्यो । अमेरिका गएको
३ वर्षसम्म नरहरिलाई छोरा र
श्रीमतीले नियमित भएर फोन । बेना-
बेनाला भिडियो कल पनि हुन्थ्यो ।
दिनभरिको गफगफा र दिन
विराएरको परिवारसंगको कुराकानीले
नरहरिलाई केही सम्झा थिएन । तर
२ वर्ष भयो नरहरिलाई छोराहरूले फोन
गर्न छाडेको, न उनलाई छोराहरूले
सोधेका छुन, न उनिहरूको हाल नै
थाहा छ । सबैभन्दा बढी माया गर्ने
नाति-नातिनले समेत विर्सिसकेकोछ
नरहाउन उनलाई । भन्नु डेडबन्धको
दमले समापणछि उनलाई कन कट्ट
भएको छ । अब त विवर बाछ
आक्रमले समेत बाछान्न कटौती
गरेपछि के खाने विनियले सताउन
थालेको छ । उनको बाँकी रोजिको
छाँड । उठेर जिरोवाटको बत्ती बाले ।
विस्तारै खाटको कुमारा राखेको
औषधि उठाए । सम्ने-औषधि त २
दिनअघि नै सकिएको रहेछ । यो
औषधि पनि वस्तीकै साँघवने सहाँग
परिश्का फेका । औषधको खाली
बोतलमा केही घोषा बाँकी रहेछ ।
अलिकतार्थ पानी हाले र हल्लाए

तोसारां एक विक्को भोल थिये । त्यसलाई सुण्य थिए । केही बेरपरिछि कोही अलि हास थियो । उनका आँखा लोलाएजस्तै भए दोकामा कसैले ढक्कन गथ्यो । सकि-नसकिने उठेर दोका गथ्यो । बाहिर चर्म्मिन्ने प्रोडा सोधिपुङ्गस्तो थियो । दोकामा छोरारह उल्टिरेका थिए । उनलाई सम्भवजस्तो लाग्यो । भरीपर पनि फुल्लिंभो भएको थियो, हल्का । अहिल्लै जमीनबाट उडल्लोकोजस्तो । कोको पनि थिए । दम पनि हाराको थियो । अनगन्ना छोरालाई देखेर उनका आँखामा अँध्यार भए । छोराले एक-एक गरेर उनलाई ढोलिए । बढा ताप गर्दै हुनुहुन्थ्यो, सकि-नसक्ने छ हाँस, उठे, ताउँ हाँमीनै उठे अमेरिका हिस्सुन्, जेठो दोका बोल्थ्यो । छोराले आफूलाई कति माया गर्दाहेछुन भनेर उनी निस्कें कुल्लो भए । बुसीसी चोटीमा केही अँध्यारकोजस्तो थियो । उनी कोकिअर्को कोकिअँ रोए । द्वै छोरालाई एक-एक गरेर अन्धमाला गरे । गाला चुम्न । र भने, छुट्टिमाँहलाई पनि ता सम्मरेहेको छु मैले, वैँ फोफो गरेती ।' उनलाई श्रमती नन्दको योद आयो । प्रिय नातिनातिनीलाई सम्भे । सबैको हाल चला सँगै । छोरालाई सम्भे । उनीहल्लाई बाजा बजाउन चुलोहमा गए । त्यहाँ लै थिएन । उनलाई छिक्कार लाग्यो । यिनका सम्पत्तिछाएएका छोरारहलाई उनी बजाउन सकिन भने सम्भेर हुन थाले । छोरारह नबोली कोकोहोरो हेरिरेकाका थिए । कोको अलिकता चामल निलासमा हालिरहेका थिए । तर निलाम भएदैं भर्म्मिन्थ्यो । यतिहोला चारैतिरबाट नहरि, नहरि भनेको आवाज आइरहेको थियो । उनी छुट्टपट्टि गए । छोरालाईतर हेरे । उनीहोको अनुहार धोमोले भइरहेको थियो । ए नहरि दाउ, नहरि दाउ । छोरालाहिर वसेर भक्तकहनु बोलाइदेका थिए । उनी भँन्यसय विउमिए । हेरे छोरालेपिचि कोही थिएन । छोरारह थिएनन् । राति केही कम भए पनि छोकी उठे । उस्तै कमजोरी । छोरालेपिचि उही रिक्तता । गाला छुनै, आँखुले चिप्ले भएको थियो । हातले चुत्ते । चिसिँदा उठेर सुखाल र कमिज उठे । बाट मुल्लि पल्लि चुत्ते । दोकाले अँध्यारको चम्पत थियो, निहुँएएर ठोकिने र बुझामा घुसा । दोका बोल्ने बेलामा रातिको लगामा सम्भे । हाँसो बलुकी जस्तो लपकाए थियो, उही हाँसो बोल्ने । इराति कसरी खोबन् भएको दाइले, भक्तकहनु बाहिर काको मुडामा बसिरेका थिए । नहरि पनि छुट्टैमै बसे । केही गुनै योदमेय यसैएक नैजाला जस्तो छु', नहरि बोले, अँध्योथि पनि सकिजो, अलिकता रैछु, यो छापिएछि अलि सन्धो भो, हिशामणक यसो ढक्केछु ।' इम्हरी दि बेने पनि तातर्न मुनिरुछ तापलाई कोको, के गतर्न मरे तातर्न साके, आण पनि युतिक एसिड भएर हिँसुन सिद्वने, अहिले तापलाईलाई कस्तो छ भनेर आएको । भक्तकहनुदोको अणु, आजनाको कारण बताए । छोरारहहनुको कथा पनि त्यही हो । छोरारहहनुका ब्याङ्गडामा छु । यहाँ५५ कटेका ब्याङ्गडामा । द्वै विरामी । यी २ परिवारमा फरक बसि हेने, भक्तकहनुदो एक अर्कांलाई साथ दिने दम्पती छु । नहरि फण्ट एस्को । तातोपानी तदारए दिने पनि कोको दैछु । कथा एउटा उठे भएकाले द्वै जना दिगभर बसेर एउटा भएकाले द्वै जना दिगभर बसेर एउटा

पुर्व । बेता-बेलामा पूरना कुरा सम्भेर ओंनु चुराहुन्छ । बेता, बेलामा ठग्न गर्छन् । इन्धुमिचि के दावा, हायो हायो मरण यही त होला, भक्तबहादुरले सोझा नरहीन मरेर भए । देखेको पशुकाको उत्तर नआएको आशङ्का भक्तबहादुरले नरहीरको आँखामा हेरे । कुनै छद्माधारि दमाज, कुनैगर्हाजिद्वैराज ? यति भनेर नरहीले लामा श्वास फेरे । यो छौतिछिनिनुसु उता फेरेर हायो रच्छा कसले बोल्छ ? पशिले पो बतावाह गरे, आनोलन भियो, दुवै देशवाले बतावाह गरे । बाजे के बाँकी छ ? त नेता, आनोलन । त देशले नै बुझ्यो । यो हायो इच्छा पनि कुन दिन देखेगी खरानी हुनमाथ बाँकी छ । भक्तबहादुरले सोझा नरही भन्दै-तलाईनाउ त सपनमा आउँदोरछिनु, सपनमा भएपनि भयात गर्दा रहेछ्नु । मेरो त सपनमा पनि आउँदैनन् छोराबहादुर । स्पष्टउर अझा-सिसा पनि नलोने भक्तबहादुरको थियो । तैपनि नरहीरका सामुनै ओझु भित्रिनु सहराउन छोड्ये । उनी पनि पर-पर-पर हुँदै गयो । एकछिन्न छिन्न भए । बोलेन । भक्तबहादुर मुडाबाह उठेर नरहीरको पिठ्ठु नथप्याए । यो कुरा छिदाहुनु यत्ता कुरा । भानु, कौनले सकिँदैन । आज शिविरको सचिवकाको जाउँ, काम कार्यक्रम के काम दिन जाउँ, भन्ना छ, अब के चाहिए बाँजे । हो, छलन फरे । हामी बुढाबुढीलाई केरी उपाय गर्छुन् । के गर्ने, नरहीरको राख साईदैन । दुवै बाजे नजिकैको अर्को छोटोपति निकिएर भक्तबहादुर अघि-अघि, नरहीरले पछि थियो । बाटोमा उनीहरूले सारि केही कुरा गरेनन् । दुवैका आ-आफ्नो पीडा छ । साथय दुवै लामा कुरा नरहीरले छिट्टिकैको थियो । मन्थरीबेता नरहीरले बाटोको अर्कोछिदै देखे- एक युवकले एक युवदास पिठ्ठामा बोकेर पिठ्ठो लैजिदैरको थियो । भएरको रहेछ भनेर जानु उनलाई सक्सक लाग्यो । एक भएरको हो बाबा बासाई ? तिहारो आफ्नैको भए आफ्नैछि उनले सोच्यो । युवकले भने, बुढालाई एकसाई दम बख्यो । अरु अस्ताल लाग्यो लामोको । 'हु, उनी उनीय भन्ने भयो । यतिबेला कसले भक्तिङगलामा विगतको सम्मना सिमेनको स्तम्भमा र्दम भयो । युवानको को लेखारि, भारत हुँदै टुक्मा फारा परेको श्रम, सु-सु-सुश शराणीय शिविमा एक-छाक राखी श्रम भएकाका अर्धि अर्धि विहाण थियो रिरेतो मरिचरेको थियो । नरहीरको पनि एकसाई दम बढ्ने लाग्यो । नरहीरले टाढा-टाढा भित्रिको खलखल सुन्य थायो । टाढा टाढा देखिने थाल्यो । पानी नर्मदा, छोराहरे, नातिनातिनको आवाज सुने । परवाहा गरेसै उनलाई बोलाइरहेको अनुभव । नरहीरले थियो- नरहीर दा., दा., दा. बा., ए बाजे., १९०२ नम्बरको त्यो ठाउँको भोलिपल्ट अवरसम्म सुनेन । रिउँसो पनि खुलेन । सफभरभ भक्तबहादुर थिए । बोलाइ इन्द्रकाश नरहीर, नरहीर भनेर उभैछि बोलाए । नखुपिउने उनी मरेको अर्को तर्काको चने । बाँफ आएका वस्तीका भक्तिहससिहोद छोटा फोरिर भित्र पो । देखे- फोटी एल्मम बाटोमा राखेको सुतिरेरका थिए । तर उनी निजीवै भइसकेका थिए । नजिकै गएर भक्तबहादुरले एल्मम हेरे- त्यो फोटी उनी उनी पूरानो घरको थियो, जहाँ उनले जीवनका ५ दशक बिताएका थिए ।

(निबन्ध

● ज्ञानेन्द्र विवश)

जीवन: मौन साधनाको यात्रा

यो संसार पट्टा अन्तः कोलाहलको सार हो । यहाँ मानिसका बोली, व्यवहार र चञ्चलताका छानहरू निरन्तर उठिरहन्छन् । शहरका सडकहरूमा गाडीको हर्न, मानिसको भिडभाड, बजारको कोलाहलले कान नै टट्टाउँछ । ध्वनि प्रदूषणको चाप पनि बढेको हो । यहाँ कान बहिरौ हुन के बेर । हामीलाई यी कुराको आभास मात्र होइन, तर बाहिरी परिसरको हो । हामी जहाँहँदै जाऔं, आवाजको सात्त्विकबाट उष्णका सकिँदैन । अस्पताल हो वा बसपार्कको मिलावट, मन्दिरको भजन हो वा मस्जिदको नवाज, चर्चको प्रार्थना समीत आवाज गुञ्जामाना अछि । यी आवाजहरू प्रायः कंठशर अशान्त लाग्छन् । हाप्पो कान र मनले आराम पाउने अवसर नै पाउँदैन । तर, आवाजको कानो पाटो पनि छ । कहिलेकाहीँ यिनै गुञ्जामान कंठशर आवाजहरूले सांगीतिक सौन्दर्यमा परिणत हुन्छन् । जब चराहरूको मुख आवाज कानमा पर्छ, त्यो एवै किसिमको सांगीतिक लाग्छ । चराहरूको आपसी संवापको आवाज नभएर पनि बेग्लै किसिमको आवाज महसुस पर्छ । कुनै बाजाको ध्रुनले मनलाई छुँदा, हामी सांगीतिक तहज्जा हरजउन् बाजा । आवाजपरात तहज्जा र बजाइएर बाजाको गुञ्जन नेपाली संस्कृतिको पहिचान हुन्छ । नौमती बाजा, पञ्चबाजा, धिमे, बाँझी, भादो, डोलक, विनायो, मुर्छुडा, आदि बाजाको आवाजमा भनिने मिठाइले मनलाई शान्त र शीतल पार्छ । यी बाजासँगै हाम्रो सांस्कृतिक वैभव पनि प्रस्ट हुन्छ ।

कुनै कुशल वताको भाषण, काय बलवान भा प्रजन्तको अन्तको मोहो स्तर पनि हामीलाई शान्ति दिन सक्छ । यात्रामा जाँदा भएता-झर्झताको झड्झड, थपथपिको आवाज होस् वा कोझीको को हो, को हो ! यस्तो बेला, आवाज कर्कश नभई एक ऊर्जामय प्रवाह बन्छ । त्यसले हाम्रो मनलाई स्पर्श गर्छ । त्यो आवाजको भिडसले हामीलाई आतन्त्रित बनाउँछ । यसरी प्रकृतिको एकान्तमा पनि आवाजको कोहल व्यक्त छ । शान्ति खोजेर नै एकान्तमा पुग्यो भने, त्यहाँ पनि चारभरिीको आवाज वा थपथपिको आवाजले तब साँच्चि-चिन्ता बढिन्छ । लाउछ, आवाज नभएको कुनै ठाउँ नै छैन । तर, यो आवाजको शान्तिको विद्, हामीले आफ्नै मनभित्रको मौनतालाई खोज्नुपर्छ । जीवनमा शान्त बाहिर होइन, भित्रै खोज्नुपर्छ । मौनताको जगहमा नै शान्तिको सरोवर हो । गरिबी बाहिरका सबै आवस्यकताहरूलाई मौनतामा परिणत गर्न सक्छौं, तब मात्र हामीले वास्तविक शान्तिको अनुभव गर्न सक्छौं । यसरी, जीवनमा बाहिरि कोहलबाललाई स्वीकार गर्दै, निम्न शान्ति खोज्ने नै बुद्धिमानी हो । मौनता एउटा यस्तो कला हो, जुन हामीले अध्ययन गर्नुपर्छ । हामी मौनतामा तम्यन सक्छौं । हामीलाई बाहिरि कोहलबाले हामीलाई अवर गद्दैन । हामी आफ्नै शान्तिको संसारमा लीन हुन सक्छौं । जीवन यी मौन साधनाको याता हो । आवाजको कोहलबाल पनि हाम्रो मौन शान्तिको आभास महसुस गर्न सक्छौं । चुपचाप मनले कंठश भाव-सुनिहरू पनि त्यसबाट पृथक भाव-सौन्दर्यमय मन स्पष्टित हुन्छ । यद्यपि कुनै बेला यिनै गुञ्जबालमय कंठश भावजाहरुहरू नै सांगीतिक सौन्दर्यको निष्ठार भएर हाम्रा कालाई आनन्द

कुनै कुशल वत्ताको भाषण, काव्य वाचन वा भजन-कीर्तनको मीठो स्वरले पनि हामीलाई शान्ति दिन सक्छ । यात्रामा जाँदा भरना-छहराको छद्दछद्, झ्याँउकिरीको आवाज होस् वा कोइलीको को हो, को हो ! यस्तो बेला, आवाज कर्कश नभई एक ऊर्जाजन्य प्रवाह बन्छ । त्यसले हाम्रो मनलाई स्पर्श गर्छ । त्यो आवाजको मिठासले हामीलाई आनन्दित बनाउँछ । यसरी प्रकृतिको एकान्तमा पनि आवाजको कोलाहल व्याप्त छ । शान्ति खोजेर कतै एकान्तमा पुग्यो भने, त्यहाँ पनि घराघुरङ्गीको आवाज वा झ्याँउकिरीको आवाजले कान खाइदिन्छ । लाग्छ, आवाज नभएको कुनै ठाउँ नै छैन । तर, यो आवाजको कोलाहललाई चिदैँ, हामीले आफ्नै मनभित्रको मौनतालाई खोज्नुपर्छ । जीवनमा शान्ति बाहिर होइन, भित्रै खोज्नुपर्छ । मौनताको गहिराइ नै शान्तिको सरोवर हो । जब हामी बाहिरका सबै आवाजहरूलाई मौनतामा परिणत गर्न सक्छौँ, तब मात्र हामीले वास्तविक शान्तिको अनुभव गर्न सक्छौँ । यसरी, जीवनमा बाहिरी कोलाहललाई स्वीकार गर्दैँ, भित्री शान्ति खोज्नु नै बुद्धिमानी हो । मौनता एउटा यस्तो कला हो, जुन हामीले अभ्यास गर्नुपर्छ । हामी मौनतामा रमाउन सिक्छौँ । हामीलाई बाहिरी कोलाहलले हामीलाई असर गर्दैन । हामी आफ्नै शान्तिको संसारमा लीन हुन सक्छौँ । जीवन यही मौन साधनाको यात्रा हो । आवाजको कोलाहलमा पनि हामीले मौन शान्तिको आभास महसुस गर्न सक्छौँ ।

महसूस गराउँछन् । तबभूँ पनि चराचुरुक्षीको आवाजले बढेर फैलिँरकोको सागीतिपनि आवाजले चिन्नेछ । कुनै बालाले दिने आवाजको तरङ्ग हाड्यो मनसम्म पुग्यो । हामीलाई सागीतिको तरङ्गमा आनन्दित पार्छन् । शान्तता वातावरण कतै पाइँदैन । एकान्तमा पनि कतै भजनकीर्तनको सागीतिको गुञ्जन उपर परसम्म फैलिएरहेको हुन्छ । कतै क्यासेट घन्काएको गीति स्वर आवाज रहेको हुन्छ । कुकुर, काण्डोको आवाज रहेको कतै स्वर्णमा कोठाभित्र, कानसम्मै घोच्न पुग्छ । यसो एकैछिन कानबाट आराम गरी आनन्दले बस्नो । निमन गरी बस् । बसौ भनेर कतै एकान्त छोड्ने पुर्यो भने एकैछिनमा त्यहाँ पनि चराचुरुक्षीको आवाज किनै त झ्याङ्क्रीदि आदिको आवाजले कान सान शुरु भइहाल्छ । प्रकृतिको एकान्तमा पनि शान्तता वातावरण छैन । जताततै आवाजको कोलाहल व्याप्त छ । लाग्छ, आवाज नभएको कुनै ठाउँ नै छैन जस्तो । पचापचा हुवाको कतै बढेर रहेछ । यो कुनै बाध्यता होइन । बर एउटा स्वेच्छिक यात्रा हो । यो यात्रा एक शान्त शोरमात्रा हुनुनुरी भनेर जस्तै हो, जहाँ मानक अनावश्यक चञ्चलताहरू आफैँ शान्त हुन्छन् । पचापचा बढ्न आसपासका वाहिरून् पनि आफैँ बन्द हुन पुग्छन् । यो एक अन्तम तीर्थयात्रा जस्तै हो । त्यही अन्त्यमको आभास गुञ्जिन्छ । चलायनले हामीलाई आफैँ भित्र पुर्याउँछ । आफैँलाई बुझ्न र चिन्न मिल्दो भएरहेको बेला चराचपल बिहोर

बनेर बन्को धेरै फाइदा छ ।
नेदेलुगु पुरै फाइदा योको बनेर चुपचाप
ठोलाफाई फाइदा गर्ने बनेर । चुपचाप
चुपचापले कुनै चुरिफुरीलाई ठाउँ
दिँदैन, कसैलाई कुनै बाधातमा
फर्काउँदैन । यसले केवल चुपचाप
राख्छ । यसको आनन्द नै यति गरि
छ कि हामी सयस, समाज र संसारलाई
अरु नबुझ्नु पनि सक्छ । चुपचाप
रहनु चिन्तनको सागरमा जोको धान्नु
हो । ज्ञानको सागरमा डुल्नुको मात्र
पनि हो । त्यहाँ हामी जीवन र
मनमा एकोहीएएर आफूलाई खोज्न
सक्छौ । त्यसै हामीलाई एहनमा
आफूलाई रमाउन सिकाउँछ ।
चुपचापले हामीलाई धेरै कुरा
सिकाउँछ । त्यसै हामीलाई ज्ञान र
बौद्धिक तस्मा जगाउँछ । हामी को
हैं, केका लागि आएका हैं, कहाँ जाने
र के गर्ने भन्ने जस्ता प्रश्न ग्रन्थको
बोध चुपचापको यसै मौनतामा
भेटिन्छ ।
व्याध, साधना, समाधि
समाप्ट यसकै पर्याय हुन् ।
चुपचाप हुनु भनेको मौनता मात्र होइन,
यो त आफूलाई स्वाद गर्नु पनि हो
यो एक योशो शक्ति हो, केवल हामीलाई
हाम्रो भविष्य आज्ञा नमै मद्दत गर्नु
शान्तिको एउटा गहिरो अनुभूति प्रदान
गर्छ । त्यसैले, चुपचाप एक विष्कारको
क्षण मात्र नभई, एक जीवनको
दर्शन पनि हो । मौनतामा पाइने यो
आनन्द र ज्ञानको सागरलाई हाम्रो
जीवनलाई पुन र समृद्ध बनाउँछ ।
त्यसैले जीवन एक चुपचापको मौन
साधना-यात्रा हो ।

-समशुभेन साहित्य डटकम-

-समकालीन साहित्य डटकम

रोपो कुहिन थालेपछि किसान चिन्तित



थलकोट (बागलुङ), भदौ ११/यहाँको काठेखोला गाउँपालिका-१ पालाका तुलबहादुर खत्रीको दुई हलको मेलामा रोपेको धानको रोपो पूर्ण रूपमा कुहिएको छ। गोडमेल गर्ने बेलामा केही गाँज कुहिएको थियो। थप नकुहियो भनेर ओषधि छर्किए तर कुहिन रोकिएन, हेर्दाहेर्दै खेत रिस्ते हुन लागेको उनको भनाइ छ।

काठेखोला गाउँपालिका, बागलुङ नगरपालिका र जैमिनी नगरपालिकाका अधिकांश किसान खत्रीको जस्तै रोपो कुहिन समस्याले चिन्तित छन्। किसानले कृषि ज्ञान केन्द्रमा रोपो कुहिएको र सुकेको

जानकारी गराएका छन्। ज्ञान केन्द्र प्रमुख राजेश्वर सिलवालसहितका प्राविधिकको टोलीले स्थलगत जाँच गरेको छ। गवारो कीरा र खेत कुहिन रोगका कारण अधिकांश किसानको रोपो कुहिएको र सुकेको सिलवालले बताए। सिलवालका अनुसार किसानमा प्राविधिक ज्ञानको अभावले रोपो कुहिन र सुकेको समस्या देखिएको हो। जघाभावी भारनाशक विषादीको प्रयोग गरेका कारण पनि रोपोमा समस्या देखिएको उनले बताए। “रोपो कुहिएको र सुकेको भन्दै दैनिक कृषि ज्ञान केन्द्रमा सात जनाभन्दा बढी किसान आउन्छन्,” सिलवालले भने,

“खेतमै पुगेर अनुगमन गर्ने र सल्लाह सुझाव दिने गरेका छौं।” गौरिया, मसिनो, गुडुरा, जेठोबुढो र हाइब्रिड धानमा बढी समस्या देखिएको कृषि ज्ञान केन्द्रका बाली संरक्षण अधिकृत सन्तोष अधिकारी बताए। निरीक्षणपछि समस्या अनुसार विषादी दिएर पठाउने गरेको उनले बताए। उनका अनुसार रोपो पहुँचो हुने समस्या देखिएपछि किसानले गुरिया मल प्रयोग गर्दा समस्या थपिएको हो। जिल्लामा धानखेती हुने पाँच हजार ७०७ सात हेक्टर क्षेत्रफलमध्ये पाँच हजार ४७८ हेक्टर क्षेत्रफलमा यस वर्ष रोपाईं भएको छ। -राख

कैलाशनगर मिडिया प्रा.लि., तानसेन, पाल्पा

विज्ञापन दररेट परिवर्तन भएको सूचना

बढ्दो महङ्गी, कानज मसी तथा छपाई सामग्रीको मूल्यवृद्धिका कारण **कैलाशनगर मिडिया प्रा.लि.** द्वारा प्रकाशित **जपजन्चेतना दैनिक**ले २०८२ श्रावण १ गतेदेखि लागू हुने गरी यस अघि कायम गरेको दररेटमा निम्नानुसार परिवर्तन गर्ने निर्णय भएकोले सम्बन्धित सबैको जानकारीका लागि यो सूचना प्रकाशित गरिएको छ।

विज्ञापन दररेट

साधारण तर्फ

विवरण	साईज	स्यामश्वेत पत्रिका दररेट
प्रथम पृष्ठ	प्रति सि.सि.	रु. ४००/-
मिध्रि पृष्ठ	प्रति सि.सि.	रु. ३००/-
अन्तिम पृष्ठ	प्रति सि.सि.	रु. ३५०/-

सरकारी तर्फ

विवरण	साईज	स्यामश्वेत पत्रिका दररेट
प्रथम पृष्ठ	प्रति सि.सि.	रु. ५५०/-
मिध्रि पृष्ठ	प्रति सि.सि.	रु. ४५०/-
अन्तिम पृष्ठ	प्रति सि.सि.	रु. ५००/-

डिस्टले		अन्त्य	
डिस्टले	स्यामश्वेत पत्रिका दररेट	दूरो डिस्टले	स्यामश्वेत पत्रिका दररेट
प्रति वक्स	रु. २००/- (१x५ सि.सि.)	प्रति वक्स	रु. १५००/- (२x१० सि.सि.)
राहदानी	रु. ६००/-	प्याइन्टर	रु. १०००/-



जपजन्चेतना

NAWA JANACHETANA NATIONAL DAILY राष्ट्रिय दैनिक

कैलाशनगर मिडिया प्रा.लि.

ता.न.पा.-५, कैलाशनगर पाल्पा, सम्पर्क नं. ०७५-५२०६०१

खेलकुद समाचार

अश्विनले आईपीएलबाट सन्ध्यास लिए



काठमाडौं, भदौ ११/भारतीय स्पिनर रविचन्द्रन अश्विनले इन्डियन प्रिमियर लिग (आईपीएल) बाट सन्ध्यास लिएका छन्। अश्विनले सामाजिक सञ्जाल एक्समाफर्नत यसबारे जानकारी दिँदै अब विश्वभरका अन्य लिगमा खेल्ने सम्भावनाहरूको खोजी गर्ने बताएका छन्। ३८ वर्षीय अश्विन आईपीएलमा सबैभन्दा धेरै विकेट लिने बलरको पाँचौं नम्बरमा छन्। उनले २ सय २१ खेलमा १ सय ८७ विकेट लिएका छन्। अश्विन आईपीएलमा सबै भन्दा पहिला चेन्नई सुपर किङ्सका हिस्सा थिए र उनको अन्तिम टोली पनि यही नै थियो। यसका साथै उनले राइजिङ पुने सुपरजायन्ट्स, दिल्ली क्यापिटल्स, राजस्थान रॉयल्स र किङ्स एलेभन पन्जाबबाट पनि आईपीएल खेले। अश्विनले पन्जाबको कप्तानी पनि गरेका थिए। भारतीय क्रिकेट नियन्त्रण बोर्ड (बीसीसीआई) ले अश्विनले कुनै पनि भारतीय अन्तर्राष्ट्रिय वा घरेलु क्रिकेट खेलाडीलाई अन्य टी-२० लिगमा खेल्न अनुमति दिँदैन। तर अश्विन अब विश्वभरका कुनै पनि लिगमा भाग लिन सक्छन्।

पाल्पाका नयाँ...

...प्रजिअ कुँवरले धार्मिक, पर्यटकीय, शैक्षिक महत्व बोकेको जिल्लामा आउन पाउँदा अत्यन्त खुसी लागेको भन्दै यहाँ रहेका आफूलाई सहयोग गरिदिन आग्रह गरिन्। कार्यक्रममा पत्रकार महासंघ पाल्पाका अध्यक्ष कमलराज तिमिल्सेनाले सरकारी कार्यालयहरूमा पत्रकार मैत्री व्यवहार नभएको, सबै कार्यालयमा सूचना अधिकारीले पूर्ण जिम्मेवारी नपाएकाले पत्रकारहरूले समयमा सूचना नपाएको अवस्था भएकोले त्यसतर्फ ध्यान दिन आग्रह गरे।

वर्गिकृत डिस्टले

१४५ साइजमा मात्र

वर्गिकृत डिस्टलेमा

विज्ञापन दिनहुँ

व्यवसाय

बढाउनुहोस्।

सम्पर्क: ०७५-५२०६०१

अर्थ/कपॉरेट समाचार

नेप्से उच्च अङ्कले सुधार



पाल्पा, भदौ ११/नेपाल स्टक एक्सचेन्ज (नेप्से) परिसूचकमा उच्च अङ्कको सुधार देखिएको छ। बिहीबार नेप्से परिसूचक ५३ दशमलव शुन्य एक अङ्कले बढेर दुई हजार ८१९ दशमलव १० को विन्दुमा कायम भएको हो। यो एक दशमलव ९१ प्रतिशतको सुधार हो।

३२१ कम्पनीको एक करोड ४९ लाख ८६ हजार १४२ किता शेयर ७२ हजार ५२८ पटक खरिदबिक्री हुँदा रु सात अर्ब ६८ करोड ३३ लाख ८६ हजार ४४१ दशमलव ७० को कारोबार भएको नेप्सेले जनाएको छ। आजको कारोबारमा सबै समूहको उपसूचक बढेको छ। बैकिङ एक दशमलव ३८, विकास बैंक तीन दशमलव ४०, वित्त एक दशमलव ९८, होटल तथा पर्यटन एक दशमलव ६६, जलविद्युत एक दशमलव ८५,

लगानी दुई दशमलव ९९ र जीवन बिमा समूह दुई दशमलव २१ प्रतिशतले बढेको छ।

त्यस्तै, उत्पादन तथा प्रशोधन दुई दशमलव ६९, लघुवित्त एक दशमलव शुन्य नौ, म्युचुअल फण्ड शुन्य दशमलव ४७, निजीवन बिमा एक दशमलव ६८, व्यापार दुई दशमलव ६८ र अन्य समूह दुई दशमलव १४ प्रतिशतले बढेको छ। विकास हाइड्रोपावर कम्पनी लिमिटेडको शेयर मूल्यमा सकारात्मक सर्किट लागेको छ। सबैभन्दा बढी केबिल डिबेन्चर-२०८६ को शेयर मूल्य पाँच दशमलव ७९ प्रतिशतले घटेको छ। कारोबार रकमका आधारमा सबैभन्दा बढी हिमालयन रिटर्नयोरन्स लिमिटेडको रु ६५ करोड ४२ लाख ७४ हजार २५५ बराबरको शेयर किनबेच भएको छ।

आत्महत्या समस्याको समाधान होइन

आत्महत्याका प्रमुख कारण:

- मानसिक तनाव, डिप्रेशन वा निराशा,
 - पारिवारिक झगडा वा सम्बन्ध विच्छेद र प्रेमा अफलता,
 - बेरोजगारी, आर्थिक संकट र ऋण लागु,
 - हिनताबोध, आवेश र घुर्की देखाउनु,
 - व्यक्तिगत र पारिवारिक इच्छा, आकांक्षा पूर्ती हुन नसक्नु,
 - सोचे अनुसार सफलता प्राप्त नहुनु,
 - सामाजिक बहिष्कार वा दुव्यवहार आदि।
- रोकथामका उपाय :**
- आफन्त, साथी वा विश्वासिलो व्यक्तिसँग समस्या साटासाट गरौं,
 - तनाव वा समस्या परेमा मनोचिकित्सक वा परामर्शकर्ताको सहयोग लिऔं,
 - आत्महत्याको सोच आएमा तत्काल परिवारका सदस्यलाई बताऔं वा सहायता केन्द्रमा सम्पर्क गरौं,
 - तनाव र निराशामा रहेका व्यक्तिको समस्या सुनौं र सहयोग गरौं।
- ‘एक-अर्काको सहारा बनौं, आत्महत्या होइन समाधान खोजौं’



नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

हरेक प्रहरका ताजा समाचारका लागि www.shittalpati.com क्लिक गर्नुहोस्।



जपजन्चेतना दैनिकको आधिकारीक वेबसाईट
शित्तलपाटी .कम
www.shittalpati.com डिजिटल पत्रिका

