स्वच्छ र स्वतन्त्र पत्रकारिताको प्रतिक

नव जनचेतना

NAWA JANACHETANA NATIONAL DAILY राष्ट्रिय दैनिक

तपाईंले विश्वमा कुनै फिल्मलाई निर्माताले प्रदर्शनअघि नै "ब्लकबस्टर" घोषणा गरेको सुन्नुभएको छ ? सायद छैन। किनकि, फिल्म प्रदर्शनअघि नै सफलताको घोषणा गर्नु आफैंमा हास्यास्पद हो। तर, अभिनेत्री प्रियंका कार्कीले आफ्नो फिल्म "मास्टर्नी"लाई प्रदर्शनअघि नै "ब्लकबस्टर"को ट्याग दिएकी थिइन्। फिल्मको टिजरमै "२०२६ को सबैभन्दा ठूलो ब्लकबस्टर" लेखिएको थियो। यो घोषणामार्फत प्रियंकाले फिल्मप्रति दर्शकको ध्यान तान्न खोजेको प्रस्ट बुझिन्थ्यो।

आजको विचार...

रानीमहललाई... (दुई पेजमा)

नवराज बस्याल(बादल)

अभिनेता जितु नेपाल अभिनित नयाँ नेपाली चलचित्र "कार्की साइँला"को टिजर सार्वजनिक भएको छ। राजेन्द्र बस्नेतको निर्देशनमा बनेको चलचित्रको टिजरमा जितु नेपाललाई फरक चरित्रमा प्रस्तुत गरिएको छ। चलचित्रमा जितु नेपालसँगै अभिनेत्री प्रियाना आचार्यको मुख्य भूमिका रहेको छ। ट्रेलर सिनेमाको मुख्य पात्र कार्की साइँला (जितु नेपाल)को वरिपरि घुमेको छ। भारी बोक्ने भरियाको काम गर्दै आएका कार्की साइँलाको विवाह तथा सन्तानको खुसी र गाउँलेको हेपाइ ट्रेलरमा समेटिएको छ।

❐ वर्ष ३२ ❐ अंक ५४ ❐ २०८३ भदौ २४ गते बुधबार 9 September 2026, Wednesday ❐ पृष्ठ संख्या ४ मूल्य रू ५/-

पाल्पामा प्रभावकारी बन्दै हुलाकमार्फत सरकारी कुरियर सेवा

रामचन्द्र रायमाझी/रासस

पाल्पा, २२ भदौ/ सरकारले सार्वजनिक सेवा प्रवाहलाई नागरिकको घरदैलोमै पुर्‍याउने उद्देश्यले सुरु गरेको सरकारी 'कुरियर' सेवा अहिले पाल्पामा प्रभावकारी बन्दै गएको छ । यो सेवा मार्फत सरकारी कार्यालयका महत्वपूर्ण कागजात तथा सामग्री एक स्थानबाट अर्को स्थानमा पठाउन सहज, सुरक्षित र भरपर्दो बन्न थालेको हो ।

सरकारी कार्यालयहरूबाट पठाइने चिठीपत्र, प्रशासनिक कागजात, फाइल तथा अन्य आवश्यक सामग्री सम्बन्धित कार्यालयसम्म पुर्‍याउन हुलाक सेवाले महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गर्दै आएको छ । यसअघि सरकारी कार्यालयका महत्वपूर्ण कागजात पठाउन कर्मचारीमार्फत पठाउने, निजी कुरियरको प्रयोग गर्ने वा अन्य वैकल्पिक माध्यम अपनाउने गरिन्थ्यो । तर हुलाकमार्फत सरकारी कुरियर सेवा सञ्चालन भएपछि सरकारी निकायबीच

कागजात आदान-प्रदान गर्न सहज भएको सेवाग्राहीको भनाइ छ ।

हुलाक सेवा विभागले सरकारी सेवा वितरण प्रणालीलाई 'डिजिटल' र व्यवस्थित बनाउने प्रयासस्वरूप राहदानी, सवारी चालक अनुमतिपत्र (लाइसेन्स), शैक्षिक प्रमाणपत्रलगायत कागजात घरमै पुर्‍याउने कार्य गरिर्दै आएको जिल्ला हुलाक कार्यालय पाल्पाका प्रमुख अर्जुन चौधरीले बताए । "हामीले यो सेवा सुरु गरेपछि अहिले नागरिकले सरकारी कागजात लिन कार्यालय धाउनुपर्ने बाध्यता क्रमश: घट्दै गएको छ", उनले भने । हुलाक विभागले निजी क्षेत्रका सामग्री ढुवानी गर्ने विषयमा पनि छलफल अघि बढाएको प्रमुख चौधरीले बताए ।

यस सेवाबाट जिल्ला सदरमुकामबाट टाढा रहेका सेवाग्राहीहरुले राहदानी लिनका लागि मात्र सदरमुकामसम्म आउनुपर्ने झन्झटबाट मुक्ति मिलेको र समय तथा स्रोतको बचत पनि भएको उनको भनाइ छ । जिल्ला प्रशासन कार्यालयले हुलाकमार्फत डेलिभरी गर्न चाहने इच्छुक सेवाग्राहीबाट छुट्टै विवरण सङ्कलन गरी छपाइ भएर आएका राहदानी प्रशासन कार्यालयले हुलाक कार्यालयमा हुलाक वस्तुकै रुपमा दर्ता गराएपश्चात् हुलाक कार्यालयले हल्कारामार्फत सम्भव भए सोही दिन नै डेलिभरी गर्ने व्यवस्था मिलाइएको कार्यालय प्रमुख चौधरीले बताए । सेवा सुरु भएयता हालसम्म यातायात व्यवस्था सेवा कार्यालयमा दुई प्याकेट लाइसेन्स, जिल्ला प्रशासन कार्यालयमा दुई थैली राहदानी ढुवानी गरिएको खरिदार रमेश ढकालले जानकारी दिए । यस्तै इलाका प्रशासन कार्यालय रामपुरको कम्प्युटर सहित ४ थान सामग्री, भूमि प्रशासन कार्यालयको दुई थान पुलिन्दा ढुवानी गरिएको उनले बताए । हुलाक कार्यालयले आयात भएका राहदानी मध्ये ५ वटा सेवाग्राहीको घरमै पुगेर वितरण गरेको छ । माथागढीका २ जना, रम्भा, रैनादेवी छहरा र तानसेनका एक/एक जना सेवाग्राहीलाई घरमै गएर राहदानी वितरण गरिएको हुलाक कार्यालयका सुचना अधिकारी टंक भण्डारीले बताए ।

जिल्ला प्रशासन कार्यालय र जिल्ला हुलाक कार्यालयबिच गत वैशाख ८ मा भएको सम्झौतापछि राहदानी सम्बन्धित सेवाग्राहीको घरमै पुगेर वितरण गर्दै आइएको उनको भनाई छ । सरकारी कुरियार सेवा सुरु गरेपछि सेवाग्रहीहरु उत्साहित भएको भण्डारीले बताए । सरकारको सेवा जनताको घरदैलोमै पुर्‍याउने उद्देश्यअनुसार यो अभियान सुरु गरिएको उनको भनाई छ । भण्डारीले भने "जिल्ला प्रशासन कार्यालयबाट घरदैलोमा नै राहदानी बुझ्ने दर्ता फाराम भरेका सेवाग्राहीहरुको राहदानी जिल्ला प्रशासन कार्यालयबाट प्राप्त गरी सम्बन्धित सेवाग्राहीलाई डेलिभरी गर्दै आएका छौं ।" *-बाँकी अन्तिम पेजमा...*

संक्षिप्त समाचार

मदिरा सेवनबाट भारतमा १५ जनाको मृत्यु

रासस

काठमाडौं, भदौ २३/ भारतको मध्य प्रदेशमा नक्कली मदिरा सेवनबाट पछिल्ला केही दिनमा करिब १५ जनाको मृत्यु भएको छ भने १०० भन्दा बढी व्यक्ति सरकारी अस्पतालमा उपचाररत छन् । घटना राज्यको सागर जिल्लाको बाँदा क्षेत्रमा भएको हो ।

सरकारी अधिकारीका अनुसार अस्पताल भर्ना भएकामध्ये केहीको अवस्था गम्भीर रहेको छ। मृतक तथा बिरामीहरू आसपासका विभिन्न गाउँका बासिन्दा हुन् । उनीहरूमा बान्ता हुने, चक्कर लाग्ने र धमिलो देखिनेजस्ता लक्षण देखिएका छन् । साथै मिर्गौलामा समेत असर देखिएकाले मिथाइल अल्कोहलका कारण विषाक्तता भएको आशंका गरिएको छ । स्थानीय प्रहरीले कम्तीमा २० जनाविरुद्ध उजुरी दर्ता गरिएको र तीमध्ये १० जनालाई पक्राउ गरिएको जनाएको छ । दोषी ठहरिएकामाथि कडा कारबाही गरिने प्रहरीले बताएको छ ।

पहिरोमा परी एक विद्यार्थीको मृत्यु

दाङ , भदौ २३/राप्ती लोकमार्गअन्तर्गत दाङ-सल्यान सडकखण्डको अरिङ्गाले फेदीको पहिरोमा परी दाङका एक विद्यार्थीको मृत्यु भएको छ ।

पहिरोमा परी दाङको तुलसीपुरस्थित ग्रेट अरनीको इग्लिस सेकेन्डरी स्कुलमा कक्षा १२ मा अध्ययनरत विद्यार्थी मदन पुनको मृत्यु भएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय सल्यानका प्रहरी नायब उपरीक्षक दीपक पातलीले जानकारी दिए । बिदाको दिन सल्यान त्रिवेणी गाउँपालिका-३ स्थित घरमा जाने क्रममा सोमबार रातिको पहिरोमा परी निजको निधन भएको थियो । प्रहरीका अनुसार पहिरोमा परी गम्भीर घाइते भएका पुनलाई उपचारका लागि सुर्खेत लैजाने क्रममा बाटोमै मृत्यु भएको हो । सोही पहिरोमा परी त्रिवेणी गाउँपालिका वडा नम्बर ३ कै १८ वर्षीय सुनिल थापासमेत घाइते भएका छन् । उनको बायाँ हात र खुट्टामा चोट लागेकाले स्थानीय कान्तिपुर सामुदायिक अस्पताल श्रीनगरमा उपचार भइरहेको छ ।

- रासस

अवैध लागूऔषध सहित ३८ जना पक्राउ

पाल्पा, भदौं २३/देशका विभिन्न स्थानबाट अवैध लागूऔषध सहित ३८ जना पक्राउ परेका छन् । केन्द्रीय प्रहरी समाचार कक्षका अनुसार रूपन्देही, नवलपरासी पूर्व, दाङ, कास्की, सुर्खेत, मोरङ, सर्लाही, मकवानपुर, झापा, सुनसरी लगायतका जिल्लाहरुबाट अवैध लागूऔषध सहित ३८ जना पक्राउ परेका हुन् ।

प्रहरीले उनीहरुको साथबाट ब्राउनसुगर/खैरो हेरोइनजस्तो पदार्थ, गाँजा, चरेस, ट्रामाडोल, नाइट्राजेपाम, स्पास्मो, डाइजेपाम, फेनारगन र नोर्फिनलगायत लागूऔषध बरामद गरेको छ । रूपन्देहीको लुम्बिनी साँस्कृतिक नगरपालिका-१० बाट अवैध लागूऔषध सहित ४ जनालाई प्रहरीले पक्राउ गरेको छ । पक्राउ पर्नेहरूमा लुम्बिनी साँस्कृतिक नगरपालिका-१० महिलावार बस्ने २३ वर्षीय राजेश प्रसाद तेली, २२ वर्षीय राजेश कुमार तिवारी, सोही नगरपालिका-५ बस्ने २५ वर्षीय आजिजु राहमान मुसलमान र २५ वर्षीय कृपा शंकर उपाध्याय रहेका छन् । लागूऔषध

नियन्त्रण ब्यूरो शाखा कार्यालय भैरहवा समेतबाट खटिएको प्रहरीले लु.३९ प ६२१० नम्बरको मोटरसाइकल र लु.१४ प ३७६५ नम्बरको मोटरसाइकलमा सवार उनीहरूलाई उक्त पदार्थ सहित फेला पारी पक्राउ गरेको हो । यस्तै नवलपरासी पूर्वको विनयी त्रिवेणी गाउँपालिका-२ दाउन्ने बजारबाट नियन्त्रित लागूऔषध सहित भारत उत्तरप्रदेश खुसीनगर तुरपट्टी फाजीनगर बस्ने २३ वर्षीय साहिल अन्सारी समेत ३ जनालाई प्रहरीले पक्राउ गरेको छ । प्रहरी चौकी दाउन्नेबाट खटिएको प्रहरीले बर्दघाटबाट दुम्किबासतर्फ जाँदै गरेको युपी ५७ बिएन ३०८४ नम्बरको मोटरसाइकलमा सवार उनीहरूलाई उक्त पदार्थ सहित पक्राउ गरेको हो ।

-बाँकी अन्तिम पेजमा...

पा.जि.हु.द.नं. ०५१/०५२ पा.जि.प्र.का.द.नं. १९/०५१/०५२
जनचेतना

सम्पादकीय

स्वास्थ्यका लागि फिजियोथेरापी

फिजियोथेरापी यस्तो चिकित्सा पद्धति हो, जसमा बिरामीलाई व्यायाम गराई फिजियोथेरापिस्टले आफ्नो हातले गर्ने उपचार (म्यानुलथेरापी), पानीमा गर्ने व्यायाम (हाइड्रोथेरापी), विद्युतीय उपकरण (इलोक्ट्रोथेरापी), तातो तथा चिसोको प्रयोगले ठीक गरिन्छ । हड्डी खिइएको, नसा च्यापिएको, मांसपेशी दुख्ने, झमझमाउने, लुलो हुने, घोचेकोजस्तो दुख्ने, पोल्ने, प्यारालाइसिस, मानसिक पक्षघात, मुख बाँगिएको, जिउ बाँगिएको, ढाडको हड्डी भाँचिएको, जन्मँदा नै असाधारण अथवा असामान्य भएको बच्चा तथा हात खुट्टा नचल्नेजस्ता धेरै दुखाइ र जोर्नी चलाई सम्बन्धित रोगहरूको उपचार यो पद्धतिबाट गरिन्छ । मानिसलाई यस्तो अवस्थाबाट सक्षम बनाउनु फिजियोथेरापीको प्रमुख उद्देश्य हो । जसलाई रिहाविलिटेसन अथवा पुनर्स्थापना भनिन्छ । नेपालमा भने यो चिकित्सा पद्धतिको विकास भएको धेरै भएको छैन । आजभन्दा झण्डै चार दशक अगाडि सरकारी अस्पतालमा केही नर्सहरूलाई फिजियोथेरापीको तालिम दिई यो चिकित्सा पद्धति नेपालमा सुरु भएको हो ।

हरेक वर्ष सेप्टेम्बर ८ मा विश्व फिजियोथेरापी दिवस मनाउने गरिन्छ । यस वर्ष पनि नेपालसहित विश्वभर मंगलबार मनाइएको छ । यो दिवस फिजियोथेरापीको महत्व, यस क्षेत्रमा कार्यरत स्वास्थ्यकर्मीको योगदान तथा शारीरिक स्वास्थ्य र गतिशीलता कायम राख्न फिजियोथेरापीको भूमिकाबारे जनचेतना फैलाउने महत्वपूर्ण अवसर हो । रोग लागेपछि मात्र उपचार खोज्ने हाम्रो प्रवृत्तिबीच फिजियोथेरापीलाई स्वास्थ्य संरक्षण, पुनर्स्थापना र अपाङ्गता न्यूनीकरणको महत्वपूर्ण माध्यमका रूपमा बुझ्न आवश्यक छ । आधुनिक जीवनशैली, शारीरिक निष्क्रियता, लामो समयसम्म कम्प्युटर तथा मोबाइल प्रयोग, मोटोपना, सडक दुर्घटना, खेलकुदमा हुने चोटपटक तथा नसर्ने रोगको बढ्दो प्रभावले मांसपेशी, हाडजोर्नी र स्नायुसम्बन्धी समस्याहरू बढिरहेका छन् । यस्तो अवस्थामा शरीरको चाल, शक्ति, सन्तुलन र कार्यक्षमता सुधार गर्न फिजियोथेरापीको भूमिका अझ महत्वपूर्ण बन्दै गएको छ । नेपालमा पनि फिजियोथेरापीप्रतिको आकर्षण र आवश्यकता बढिरहेको छ । तर यसको पहुँच अझै सहज र समान छैन । राजधानी तथा ठूला सहरमा केही सेवा उपलब्ध भए पनि ग्रामीण तथा दुर्गम क्षेत्रमा दक्ष जनशक्ति, उपकरण र नियमित सेवाको अभाव देखिन्छ । आर्थिक अवस्था कमजोर भएका नागरिकका लागि फिजियोथेरापी सेवा निरन्तर लिनु पनि चुनौतीपूर्ण हुन सक्छ । फिजियोथेरापीको महत्व बढ्नु स्वास्थ्य क्षेत्रमा आएको सकारात्मक परिवर्तन हो । अब यसको आवश्यकता महसुस गर्ने मात्र होइन, गुणस्तरीय र पहुँचयोग्य सेवा सुनिश्चित गर्ने दिशामा सरकार, स्वास्थ्य संस्था र सम्बन्धित सरोकारवाला सबैले प्रभावकारी कदम चाल्नुपर्छ । स्वस्थ शरीर र सक्रिय जीवनका लागि फिजियोथेरापीलाई स्वास्थ्य सेवाको मूल प्रवाहमा अझ मजबुत रूपमा स्थापित गर्नु आजको अपरिहार्यता हो ।

Opinion @ Social Network

दु:ख कस्को भाग्यमा लेखिएको हुँदैन र,
बस दु:खमा साथ दिने मान्छे पो सबैको भाग्यमा हुँदैन त ।
(भावना सारुको फेसबुक स्टाटसबाट www.facebook.com/Bhawana.Saru)

यो स्तम्भमा सामाजिक संजालमा पोष्ट गरिएका धारणाहरु राख्नेछौं । यसका लागि हाम्रो फेसबुक पेज www.facebook.com/shittalpati मा लगअन गर्न सक्नुहुनेछ ।

नवजनचेतना दैनिकको रुपमा तपाईसामु आईरहेको छ । यो पत्रिका अझ स्तरीय अनि पठनीय बनाउनको लागि तपाईहरुको अमूल्य सुझावहरुको हामीलाई अत्यन्तै जरुरी छ । पाठकवृन्द तपाईका सुझावहरु दिई हामीलाई सहयोग गर्नुहुन हामी अनुरोध गर्दछौं ।

नवजनचेतना दैनिक
भगवतीटोल तानसेन, पाल्पा

रानीमहललाई इतिहास र पर्यटनको जीवन्त केन्द्र बनाऔँ

नवराज बस्याल(बादल)

प्रेमको प्रतीक रानीमहल भनेर परिचित पाल्पाको तानसेन -१३ स्थित रानीमहल हाम्रो इतिहास, संस्कृति, कला, वास्तुकला र प्रेमको अनुपम प्रतीक हो । कालीगण्डकी नदीको किनारमा अवस्थित यो ऐतिहासिक सम्पदा केवल एउटा सुन्दर भवन मात्र होइन नेपालको ऐतिहासिक पहिचान बोकेको जीवित दस्तावेज पनि हो । आज रानीमहल हेर्न हजारौं पर्यटक पुग्ने गर्छन् तर धेरैजसो पर्यटक केही समय भवन अगाडि तस्बिर खिच्छन् भिडियो बनाउछन् र फर्किन्छन् यो अवस्थालाई परिवर्तन गर्न अब योजनावद्ध रूपमा सोच्ने समय आएको छ । पर्यटन भनेको केवल एउटा भवन देखाउनु मात्र होइन पर्यटकलाई अनुभव ज्ञान र स्मरणीय यात्रा दिनु पनि हो । रानीमहल पुग्ने सम्पूर्ण यात्रा आफैमा एउटा पर्यटकीय अनुभव बन्नुपर्छ । तानसेन -५ बतासेडाँडादेखि रानीमहलसम्मको करिब १३ किलोमिटर सडकलाई पर्यटन करिडोरका रूपमा विकास गर्न सकिन्छ । बाटोभरि पर्ने प्राकृतिक धार्मिक र ऐतिहासिक स्थानलाई व्यवस्थित गरी जानकारीमूलक बनाइयो भने पर्यटक गन्तव्यमा पुग्नुअघि नै पाल्पाको इतिहास र संस्कृति बुझ्न थाल्नेछनर ।

खरिपानीलाई आकर्षक विश्रामस्थलका रूपमा विकास गर्न सकिन्छ । त्यहाँको गाईमुखे धारा सुन्तला बारिहरु त्यस स्थानको इतिहास, विशेषता र प्राकृतिक महत्व झल्काउने ठूलो सूचना बोर्ड राखनुपर्छ । नारायणडाँडा र अवल क्षेत्रमा दृश्यावलोकन स्थल, चौतारा, फूलबारी र फोटो प्वाइन्ट निर्माण गर्न सकिन्छ । हात्तीढुंगामा यसको नामकरण, इतिहास, धार्मिक तथा भौगोलिक महत्व स्पष्ट पार्ने व्याख्यात्मक बोर्ड राख्नुपर्छ । पर्यटकले फोटो मात्र होइन प्रत्येक स्थानको कथा पनि साथमा लिएर फर्किने वातावरण बनाउनु आवश्यक छ । रानीमहल नजिकै प्राकृतिक झरना नभए पनि वातावरणसँग मेल खाने कृत्रिम झरना निर्माण गर्न सकिन्छ । मोटरको माध्यमबाट पानी प्रवाह गरी प्राकृतिक झरनाजस्तै दृश्य सिर्जना गर्न सकिन्छ यसले परिसरको सौन्दर्य बढाउनुका साथै पर्यटकलाई थप समय त्यहाँ बिताउन प्रेरित गर्नेछ । कालीगण्डकी नदीमा वातावरणीय र प्राविधिक अध्ययनपछि सुरक्षित बोटिङ सञ्चालन गर्ने सम्भावना पनि खोजिनुपर्छ । हिउँदमा पानी व्यवस्थापन गर्न सकिने र वर्षायाममा पूर्ण रूपमा खोल्न मिल्ने संरचनाको सम्भाव्यता अध्ययन गरिनुपर्छ । यदि सुरक्षित रूपमा बोटिङ सञ्चालन गर्न सकियो भने रानीमहल नेपालको उत्कृष्ट नदी पर्यटन गन्तव्य बन्न सक्छ । रानीमहल वरिपरि बन्ने रेस्टुरेन्ट, क्याफे र विश्रामस्थल आधुनिक कङक्रिट शैलीमा होइन पाल्पाको मौलिक पहिचान झल्किने काठ, ढुङ्गा र स्थानीय कलाको प्रयोग गरी निर्माण गरिनुपर्छ । पर्यटकले पाल्पाको स्वाद संस्कृति र पहिचान एकै ठाउँमा अनुभव गर्न पाउनुपर्छ । सबैभन्दा महत्वपूर्ण कुरा रानीमहलको भवन हो । धेरै मानिसले सोच्ने गर्छन् कि पर्यटक त्यहाँ फोटो खिच्न मात्र जान्छन् तर वास्तविकता त्यस्तो होइन रानीमहलमा पर्यटक फोटो खिच्न मात्र आउदैनन् उनीहरू अध्ययन गर्न इतिहास बुझ्न, वास्तुकला हेर्न, निर्माण प्रविधि जान्न र तत्कालीन समाज तथा जीवनशैलीबारे जानकारी लिन पनि आउँछन् । विशेषगरी इतिहास, पुरातत्व, वास्तुकला, संस्कृति, पर्यटन र कला अध्ययन गर्ने विद्यार्थी अनुसन्धानकर्ता तथा विदेशी पर्यटकका लागि रानीमहल एउटा खुला संग्रहालय हो । त्यसैले रानीमहलभित्र हरेक कोठामा विस्तृत जानकारी राख्नुपर्छ । यो कोठा कसका लागि प्रयोग हुन्थ्यो ?, कुन सामान किन राखिएको थियो ?, भवन निर्माणमा कुन सामग्री प्रयोग गरियो ?, कति वर्ष लगाएर निर्माण गरियो ?, कुन भाग मूल स्वरूपमा छ ? र कुन भाग पुन: निर्माण गरिएको हो ? कुन झ्यालबाट राजपरिवारले कालीगण्डकी हेर्थे ? कुन कक्षको उपयोग के थियो ? यस्ता प्रश्नको उत्तर सूचना बोर्ड डिजिटल स्क्रिन अडियो गाइड वा QR Code मार्फत उपलब्ध गराउन सकिन्छ । रानीमहललाई केवल रंगीचंगी बत्तीले सजाएर आकर्षक बनाउने सोच उपयुक्त होइन । यसको मौलिकता नै यसको सबैभन्दा ठूलो सौन्दर्य हो । पुराना भित्ता, सिलिङ र संरचनामा आधुनिक प्लास्टिक, पीभीसी वा अनुपयुक्त सामग्री प्रयोग गर्नु हुँदैन । बरु भवनभन्दा केही टाढाबाट फोकस लाइट प्रयोग गरी रातिको सौन्दर्य देखाउन सकिन्छ यसले भवनको मौलिक स्वरूप पनि सुरक्षित रहन्छ र दृश्य पनि आकर्षक देखिन्छ । रानीमहल परिसरमा पाल्पाका मौलिक उत्पादनका लागि स्थायी प्रदर्शनी तथा बिक्री केन्द्र स्थापना गरिनुपर्छ । पाल्पाली ढाका, करुवा, काठका हस्तकला, स्थानीय कृषि उत्पादन, घरेलु उद्योगका सामग्री, स्मृतिचिन्ह तथा स्थानीय कलाकारका सिर्जना बिक्री हुने व्यवस्था गरियो भने पर्यटनसगै स्थानीय अर्थतन्त्र पनि सशक्त बन्छ । त्यसैगरी स्थानीय लोकसंस्कृति, भजन, पञ्चेबाजा, नेवारी संस्कृति, पाल्पाली खानाका परिकार तथा मौलिक सांस्कृतिक कार्यक्रमलाई नियमित रूपमा सञ्चालन गर्न सकिन्छ। यसले रानीमहललाई एउटा जीवित सांस्कृतिक केन्द्रका रूपमा स्थापित गर्न मद्दत गर्नेछ । पर्यटन विकासको अर्थ भवन बनाउनु मात्र होइन स्थानीय जनताको जीवनस्तर उकास्नु पनि हो । पर्यटक आउँदा होटल चल्छन् । होमस्टे भरिन्छन् । गाडी चल्छन् । रेस्टुरेन्टमा ग्राहक बढ्छन् । स्थानीय किसानका उत्पादन बिक्री हुन्छन् । ढाका र करुवा उद्योगले बजार पाउँछन् । युवाले रोजगारी पाउँछन् र सम्पूर्ण पाल्पाको अर्थतन्त्र चलायमान हुन्छ ।

आज आवश्यक कुरा ठूलो बजेटभन्दा पनि ठूलो सोच हो । रानीमहललाई विश्वस्तरीय ऐतिहासिक पर्यटन गन्तव्य बनाउन यसको मौलिकता जोगाउँदै आधुनिक व्यवस्थापन गर्नुपर्छ यहाँ आउने प्रत्येक पर्यटकले मैले एउटा भवन मात्र होइन नेपालको इतिहास पढेर फर्किए भन्ने अनुभूति गर्नुपर्छ । यदि हामीले रानीमहललाई फोटो खिच्ने ठाउँमा मात्र सीमित राख्यौ भने यसको वास्तविक मूल्य गुम्नेछ तर यदि यसलाई अध्ययन अनुसन्धान, संस्कृति, इतिहास, वास्तुकला र स्थानीय जीवनशैली बुझ्ने केन्द्रका रूपमा विकास गर्न सक्यौ भने रानीमहल केवल पाल्पाको गौरव मात्र होइन नेपालको ऐतिहासिक पर्यटनको उत्कृष्ट नमुना बन्नेछ । रानीमहल हाम्रो साँझा सम्पत्ति हो । यसको संरक्षण , संवर्द्धन र योजनाबद्ध पर्यटन विकासमा सरकार, स्थानीय तह , पर्यटन व्यवसायी , पुरात्वविद् , स्थानीय समुदाय र नागरिक सबैको साझा दायित्व छ । आज गरिने सही योजना र दूरदर्शी सोचले भोलिको समृद्ध पाल्पा निर्माण गर्न सक्छ । अब रानीमहललाई नयाँ दृष्टिकोणबाट हेर्ने बेला आएको छ । जहाँ इतिहास सुरक्षित रहोस् । पर्यटन फस्टाओस् र स्थानीय जनताको जीवनस्तर पनि उकासियोस् ।

रानीमहल पुग्ने सम्पूर्ण यात्रा आफैमा एउटा पर्यटकीय अनुभव बन्नुपर्छ । तानसेन -५ बतासेडाँडादेखि रानीमहलसम्मको करिब १३ किलोमिटर सडकलाई पर्यटन करिडोरका रूपमा विकास गर्न सकिन्छ । बाटोभरि पर्ने प्राकृतिक धार्मिक र ऐतिहासिक स्थानलाई व्यवस्थित गरी जानकारीमूलक बनाइयो भने पर्यटक गन्तव्यमा पुग्नुअघि नै पाल्पाको इतिहास र संस्कृति बुझ्न थाल्नेछनर । खरिपानीलाई आकर्षक विश्रामस्थलका रूपमा विकास गर्न सकिन्छ । त्यहाँको गाईमुखे धारा सुन्तला बारिहरु त्यस स्थानको इतिहास, विशेषता र प्राकृतिक महत्व झल्काउने ठूलो सूचना बोर्ड राख्नुपर्छ । नारायणडाँडा र अवल क्षेत्रमा दृश्यावलोकन स्थल, चौतारा, फूलबारी र फोटो प्वाइन्ट निर्माण गर्न सकिन्छ । हात्तीढुंगामा यसको नामकरण, इतिहास, धार्मिक तथा भौगोलिक महत्व स्पष्ट पार्ने व्याख्यात्मक बोर्ड राख्नुपर्छ । पर्यटकले फोटो मात्र होइन प्रत्येक स्थानको कथा पनि साथमा लिएर फर्किने वातावरण बनाउनु आवश्यक छ । रानीमहल नजिकै प्राकृतिक झरना नभए पनि वातावरणसँग मेल खाने कृत्रिम झरना निर्माण गर्न सकिन्छ । मोटरको माध्यमबाट पानी प्रवाह गरी प्राकृतिक झरनाजस्तै दृश्य सिर्जना गर्न सकिन्छ यसले परिसरको सौन्दर्य बढाउनुका साथै पर्यटकलाई थप समय त्यहाँ बिताउन प्रेरित गर्नेछ । कालीगण्डकी नदीमा वातावरणीय र प्राविधिक अध्ययनपछि सुरक्षित बोटिङ सञ्चालन गर्ने सम्भावना पनि खोजिनुपर्छ ।

महत्वपूर्ण टेलिफोन

प्रहरी कार्यालय
बुटवल ०७१-५४०२२२
स.प्र.क्याम्प बुटवल ९७४७०४३४६९
बुटवल रामनगर ०७१-५४१२३३
भैरहवा ०७१-५२०१९९
अर्घाखाँची ०७७-५२११९९
गुल्मी ०७९-५२०१९९
परासी ०७८-५२०१९९
तौलिहवा ०७६-५६००९९
पाल्पा ०७५-५२०५३६, ५२०१९९
इप्रका रामपुर ०७५-६९१५१५
अस्पताल कार्यालय
लुम्बिनीसिटी अस्पताल ०७१-५५१५५७, ५५१५५८
लुम्बिनी अञ्चल अस्पताल ०७१-५४०२००, ५४०२०१
भिमअस्पताल भैरहवा ०७१-५२०१९३
मिसनअस्पताल पाल्पा ०७५-५२०१११, ५२०४८९
परिवार नियोजन संघ पाल्पा ०७५-५२०७२३
पाल्पा जिल्ला अस्पताल ०७५-५२०१५४
लुम्बिनी मेडिकल कलेज प्रभास ०७५-४११२०१
पिचन्द्र परासी ०७८-५२०१८८
भैरहवा आँखा अस्पताल ०७१-५२०२६५
अर्घाखाँची जिल्ला अस्पताल ०७७-५२०२५७
तम्घास जिल्ला अस्पताल ०७९-५२०१८८
तौलिहवा जिल्ला अस्पताल ०७६-५६०२००
सिद्धार्थबाल महिला अस्पताल ०७१-५४४४५०
बुटवल हस्पितल ०७१-५४६४३२
लुम्बिनी नर्सिङ होम ०७१-५४२६४१, ५४५६४१
रेडक्रस बुटवल ५४१००४
लायन्स आँखा उ. केन्द्र बुटवल ५४५८४५
मेडिटेक अस्पताल ५४९०७२
कान्तिपूर डेण्टल हस्पिटल ०७१-५४७८४०
आँखा अस्पताल पाल्पा:०७५-५२०३३३, ५२११७९
रामपुर अस्पताल: ०७५-४००१५४
एम्बुलेन्स न.
रोटरी क्लब बुटवल ०७१-५४४६००
लियो क्लब अफ बुटवल ०७१-५४५८९३
रेडक्रस भैरहवा०७१-५२०२६३
रेयुकाई भैरहवा ०७१-५२६६७३,९८४७०२२४६४
परासी ०७८-५२०१२५
रेडक्रस पाल्पा ०७५-५२०६००
रेडक्रस तौलिहवा ०७६-५६००१५
रेडक्रस अर्घाखाँची ०७७-४२०२७५, ४२०११७
रेडक्रस गुल्मी ०८९-५२०१६३
नेपाल परिवार नियोजन संघ ०७१-५४००८१
लुम्बिनी नसिङ होम प्रा.लि. ०७१-५४१६४१
नेपाल भारतमैत्री समाज मो. ९८४७०२५०९९
जनसेवा क्लब नयाँमिल १९५७०२१२४६
लुम्बिनी नि.व्या.संघ भैरहवा ६२१०५८
बनगाई क्लब बनगाई ०७६-६९०१०२
रेडक्रस देवदह ०७१-५७७०९९
लुम्बिनी मेडिकल कलेज ०७५-५२०८४०
बुटवल जेसिस ९८४७१२९९६४
न्यू एकता क्लव तानसेन : ०७५-५२२२००
परिवार नियोजन संघ पाल्पा : ९८४७१०२७६५
रामपुर टे.इन्स्टी.:९८५७०६२२४७,९८५७०६०५०४

दैनिक राशिफल

मेष : पशुपालनबाट लाभ आर्जन गर्न सकिएला। अध्ययन अध्यापनमा सफलता मिल्नेछ।	**तुला**: कार्यक्षेत्रमा नयाँ कार्य हात लाग्नेछ। पारिवारिक समस्याको समाधान मिल्नेछ।
वृष : विवादास्पद मामलाहरू सुल्झिनेछन्। शेयर बजारबाट मनग्य लाभ प्राप्त होला।	**वृश्चिक** : कार्य सम्पादनमा परिवारको सहयोग मिल्नेछ। प्रेम सुमधुर रहनेछ।
मिथुन : कार्यमा विरोधीहरू खुट्टा तान्ने प्रयास गर्नेछन्। सहकारी संस्थाबाट लाभ मिल्ला।	**धनु** : पेशामा इमान्दारिताको परिचय दिनुहोला। सामाजिक मानसम्मान बढ्नेछ।
कर्कट : स्वास्थ्यलाई ध्यान दिनुहोला। कार्यक्षेत्रमा सोचेभन्दा धेरै समय लाग्नेछ।	**मकर** : कार्य सम्पादन गर्नमा समय लाग्नेछ। कार्यक्षेत्रमा कार्य दोहोर्याएर गर्नुपर्ला।
सिंह : संगीत वा कलाको क्षेत्रमा सम्मान बढ्नेछ। आर्थिक पक्ष सबल बन्नेछ।	**कुम्भ**: मनमा उत्साह जगाउनेछ। स्वास्थ्यलाई लिएर सचेत रहनुहोस्।
कन्या : आर्थिक पक्ष सामान्य रहनेछ। उद्योग व्यापारमा लाभ रहनेछ।	**मीन** : मेहनतले लक्ष्य हासिल गर्न सकिनेछ। आम्दानीका स्रोतहरू फेला पर्नेछन्।

कला मनोरञ्जन

भोटेकोशीदेखि त्रिशूलीसम्मको कहर गीतमा

भदौ १० मा भोटेकोशी हुँदै त्रिशूली नदीमा आएको विनाशकारी बाढीले रसुवा, नुवाकोट, धादिङलगायतका जिल्लाका नदी तटीय क्षेत्रमा ठूलो जनधनको क्षति पुऱ्यायो । बाढीले बस्ती बगायो, भौतिक संरचना ध्वस्त बनायो, जलविद्युत् आयोजनामा कार्यरत श्रमिकदेखि सर्वसाधारणसम्मलाई प्रभावित बनायो । कतिपय परिवारले आफन्त गुमाए भने कतिपयले वर्षौं लगाएर बनाएको घर, सम्पत्ति र जीवनको आधार नै क्षणभरमा गुमाउनुपऱ्यो । प्राकृतिक विपत्तिले दिएको त्यो पीडा अहिले केवल प्रभावित परिवारको स्मृतिमा मात्र सीमित छैन । पीडा, छटपटी, विस्थापन र आफन्त गुमाउँदाको रोदनलाई संगीतकर्मीहरूले गीतका शब्द, धुन र भिडियोमार्फत अभिव्यक्त गरिरहेका छन् । भोटेकोशी र त्रिशूलीको बाढीले निम्त्याएको विनाश, बगेका बस्ती, भत्किएका सपना र बदलिएको भूगोललाई समेटेर पछिल्लो समय दर्जनौं लोक तथा आधुनिक गीत सार्वजनिक भएका छन् । यी गीतहरू कतै शोकगीत बनेका छन्, कतै पीडित परिवारको आवाज बनेका छन् भने कतै विपत्तिको समयमा एकजुट हुन र पुन:निर्माणमा जुट्न आह्वान गर्ने माध्यम बनेका छन् । अझ रोचक पक्ष, यी सिर्जनामा परम्परागत संगीतसँगै आधुनिक प्रविधि तथा कृत्रिम बौद्धिकता (एआई)को प्रयोगसमेत बढ्दो देखिन्छ ।

सांगीतिक अभिलेख

गायक तथा संगीतकार चेतन राईले बाढीपीडितको स्मृतिमा 'बाढी आयो पहिरो आयो' बोलको गीत सार्वजनिक गर्नुभएको छ । बाढीमा ज्यान गुमाएका नागरिकप्रति श्रद्धाञ्जलि र प्रभावितहरूको शीघ्र स्वास्थ्य लाभको कामनासहित तयार गरिएको गीतमा प्राकृतिक विपत्तिले निम्त्याएको पीडा र विस्थापनलाई मार्मिक रूपमा प्रस्तुत गरिएको छ । गीतका शब्द, संगीत र स्वर राईकै रहेको छ । यस्तै, गायक रेशम सापकोटा र गायिका सीमा नेपालीको स्वरमा 'अनिष्ट भोटेकोशी' सार्वजनिक भएको छ । सापकोटाकै शब्द तथा संगीत रहेको गीतमा भोटेकोशी बाढीले निम्त्याएको मानवीय क्षति र त्यसबाट सिर्जित पीडालाई समेटिएको छ । त्यस्तै, संगीतकार रोमस भण्डारीले आनै शब्द तथा संगीतमा 'भोटे कोशीले देशै रुवायो' सार्वजनिक गर्नुभएको छ । सगुन संगीत युट्युब च्यानलमार्फत सार्वजनिक गरिएको गीतमा बाढीको चपेटामा परेका नागरिकको दु:ख, क्षति र सर्वसाधारणबाट खोसिएको खुशीलाई मार्मिक ढंगले प्रस्तुत गरिएको छ । गायक सन्तोष सुवेदी र रमेश मगरको स्वरमा 'भोटेकोशीको बाढीमा' बोलको गीत पनि सार्वजनिक भएको छ । रमेश मगरको युट्युब च्यानलबाट आएको गीतमा सुवेदीको शब्द रहेको छ । यही शीर्षकमा रमेश भण्डारीको शब्द तथा संगीतमा अर्को गीत पनि सार्वजनिक भएको छ । प्राकृतिक प्रकोपको पीडालाई समेट्दै चेतबहादुर बुढाथोकीको शब्द, संगीत र स्वरमा 'बगायो मेरो त सपनाको घर' बोलको गीत आएको छ । विष्णु पौडेल 'निरीश'को शब्द तथा संगीतमा 'बाढी भेल' नामक शोकगीत पनि सार्वजनिक भएको छ । गायक पवन परियारको युट्युब च्यानलबाट आएको गीतले बाढीपछि बेपत्ता भएका आफन्तको खोजीमा परिवारले भोगिरहेको छटपटी र अनिश्चिततालाई केन्द्रमा राखेको छ । बाढीको पीडा र क्षतिलाई अभिव्यक्त गर्ने गीतसँगै नागरिकस्तरमा ऐक्यबद्धताको अपिल गर्ने सिर्जनासमेत आएका छन् । 'सबै मिलेर विपद्को सामना गरौं' बोलको गीतले संकटको घडीमा हातमा हात मिलाएर एकअर्कालाई सहयोग गर्नुपर्ने मानवतावादी सन्देश दिएको छ । सुरेन्द्र महर्जन र आरोह नेपालीको स्वर तथा आरोह नेपालीकै शब्द र संगीतमा 'विपत्तिको बाढीले' बोलको गीत सार्वजनिक भएको छ । बाढीको घटनालाई केन्द्रमा राखेर जनक बाजुरेलीले 'भदौ १० को भेल आयो' सार्वजनिक गर्नुभएको छ । चर्चित गायिका शिला आलेलगायतले 'सत्यघटनामा भोटेकोशीको बाढी' ल्याउनुभएको हो । त्यस्तै रमेश मगर र सन्तोष सुवेदीले 'बाढीको कहर'लगायत गीत सार्वजनिक गर्नुभएको छ । फरक-फरक कलाकार र सिर्जनामा एउटै साझा विषय देखिन्छ, बाढीले निम्त्याएको पीडाको स्मरण र त्यसबाट बाहिर निस्कनुपर्ने सामूहिक प्रयास । यी गीतले विपत्ति, दु:ख र शोकलाई अभिव्यक्त गर्नुका साथै आपसी सहयोग, सद्भाव र पुनर्निर्माणका लागि एकजुट हुन प्रेरित गर्ने प्रयास गरेका छन् । भोटेकोशी-त्रिशूली बाढीको पीडालाई संगीतमा उतार्ने क्रमसँगै आधुनिक प्रविधि कृत्रिम बौद्धिकता (एआई)को प्रयोगसमेत उल्लेख्य रूपमा देखिएको छ । भोटेकोशी-त्रिशूली बाढीका विषयमा एकपछि अर्को गीत सार्वजनिक भइरहनुले विपत्तिले समाजमा पारेको गहिरो प्रभावलाई पनि प्रतिबिम्बित गरेको छ । समाचारका रूपमा घटना केही समयपछि ओझेलमा पर्न सक्छ, तर गीत, कविता, चित्र वा अन्य सिर्जनाले त्यसलाई लामो समयसम्म स्मृतिमा राख्न सक्छन् । बाढीमा ज्यान गुमाएका व्यक्तिको सम्झना, बेपत्ता आफन्तको प्रतीक्षा, विस्थापित परिवारको पीडा, श्रमिकको संघर्ष र उद्धारकर्मीको प्रयासलाई समेटिएका यी गीत त्यस अर्थमा तत्कालीन घटनाका सांगीतिक अभिलेखसमेत बन्न सक्छन् । विशेषगरी वास्तविक घटनाका दृश्यसँग जोडिएका म्युजिक भिडियोले बाढीले क्षति पुऱ्याएको भूगोल र मानवीय अवस्थालाई दस्तावेजीकरण गर्ने कामसमेत गरेका छन् । यद्यपि यस्ता दृश्य प्रयोग गर्दा पीडितको गोपनीयता, सम्मान र संवेदनशीलताको ख्याल गर्नुपर्ने आवश्यकता उत्तिकै महत्त्वपूर्ण हुन्छ ।

पीडाबाट आशातर्फ

भोटेकोशी र त्रिशूलीको बाढीले दिएको घाउ तत्काल निको हुने अवस्था छैन । घरबार गुमाएका, आफन्त गुमाएका र अझै बेपत्ताको खोजीमा रहेका परिवारका लागि विपत्तिको पीडा लामो समयसम्म रहनेछ । तर, यही पीडालाई सिर्जनामा उतार्दै संगीतकर्मीहरूले एउटा साझा सन्देश दिन खोजेका छन्, विपत्ति आए पनि समाज एक्लो हुँदैन । दु:खमा साथ दिने, प्रभावितलाई सहयोग गर्ने र पुनर्निर्माणमा हातेमालो गर्ने सामूहिक भावना नै संकटबाट बाहिर निस्कने आधार हो । भोटेकोशीको भेलले भौतिक संरचना बगाए पनि त्यसले जन्माएको पीडा र त्यसबाट निस्किएको सांगीतिक आवाज भने लामो समयसम्म सुनिइरहनेछ । यी गीतमा बाढीको कहरमात्र छैन, गुमेकाको सम्झना, बाँचेको जीवनप्रतिको कृतज्ञता र फेरि उठ्ने आशासमेत छ ।

-इहिमालयन डटकम

भोटेकोशी बाढी प्रभावितको लागि 'मिस कस्मो' को सहायता

सौन्दर्य प्रतियोगिता 'मिस कस्मो'ले भोटेकोशी बाढीबाट प्रभावितका लागि राहतस्वरूप १० हजार अमेरिकी डलर प्रदान गरेको छ । शनिबार भियतनाममा आयोजित मिस वर्ल्डको फिनालेका क्रममा कस्मो इन्टरनेसनलका प्रतिनिधिले मिस नेपाल आयोजक संस्था द हिडन ट्रेजरलाई उक्त रकम प्रदान गरेका हुन् । राहतस्वरूप प्राप्त रकम तत्काल प्रधानमन्त्री दैवीप्रकोप उद्धार कोषमा जम्मा गर्ने वा राहत सामग्री वितरणमा खर्च गर्ने योजना नरहेको कंशाकारले बताए । दीर्घकालीन योजना बनाएर बाढी प्रभावित क्षेत्रका बालबालिकाको शिक्षा र स्वास्थ्यमा उक्त रकम खर्च गरिनेछ । 'हामी प्रभावित क्षेत्रको शिक्षामा खर्च गर्न चाहन्छौं, जुन दीर्घकालीन होस्,' कंशाकारले भने, 'परियोजनाकै रूपमा यसलाई अघि बढाउने हाम्रो विचार छ ।' 'त्यो प्रोजेक्ट भनेको स्कुल जाने बालबालिकालाई सहयोग गर्ने खालको हुन सक्छ । हेल्थ पोस्ट र घरहरू बनाउने हुन सक्छ,' कंशाकारले भने, 'यसका लागि हामी प्रभावित क्षेत्रको रेकी (पहिचान) गर्नेछौं ।' परियोजना प्रभावकारी भए मिस कस्मोले थप रकम सहयोग गर्ने प्रतिबद्धतासमेत जनाएको कंशाकारले बताए ।

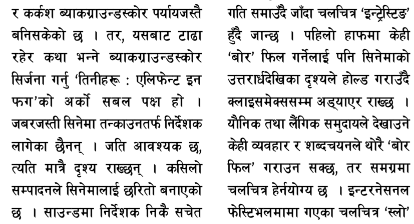
-अनलाइन खबर डटकम

फेस्टिभल सिनेमाको भाष्य चिर्ने 'तीनीहरू : ऐलिफेन्ट अन द फग'

चलचित्र 'तिनीहरू : ऐलिफेन्ट अन द फग' सीमान्तकृत, यौनिक तथा लैंगिक अल्पसंख्यक समुदायको सीमित गरिएको अधिकारको कथा हो । जसरी हात्तीलाई विद्युतीय तारबार गरेर जंगलका केही निश्चित ठाउँमा सीमित गर्न खोजिन्छ, त्यससँग यौनिक अल्पसंख्यकको अधिकारलाई विम्बका रूपमा प्रयोग गरिएको छ । जसरी हात्तीलाई निश्चित परिधिमा सीमित गर्ने प्रयास गरिएको छ, त्यसैगरी यौनिक तथा लैंगिक अल्पसंख्यक समुदायको अधिकारलाई सीमित भूगोलमा खुम्च्याउन भइरहेको कार्यलाई 'तिनीहरू : ऐलिफेन्ट अन द फग''मार्फत देखाउने प्रयास गरिएको छ । यौनिक तथा लैंगिक अल्पसंख्यक समुदायभित्र पनि किन्नरकिन्नरीलाई केन्द्रमा राखेर उनीहरूको उपस्थिति, परिवारले गर्ने व्यवहार र समाजले हेर्ने दृष्टिकोण सिनेमामा हुबहु प्रस्तुत गरिएको छ । एकाध नेपाली सिनेमामा यौनिक अल्पसंख्यकका कहानी सहायक कथाका रूपमा छिटपुट नआएका होइनन् । तर, यस तहको गहिराइ र प्रस्टसँग नेपाली सिनेमाले यो समुदायको कथा भनेको पहिलोपटक नै हो । सफेदसँग प्रस्ट पार्दै सरलरेखामा हतार नगरी कथा भन्नु 'तिनीहरू : ऐलिफेन्ट अन द फग''को सबैभन्दा बलियो पक्ष हो । किन्नर समुदायले कसरी आफ्नो परिवार सिर्जना गर्छ, व्यक्तिलाई अधिकार प्रत्यायोजन गर्दै जान्छ र जिम्मेवारी कसरी बहन गर्दै जान्छ भन्ने चलचित्रले प्रस्ट पार्दै अगाडि बढ्छ । 'तिनीहरू : ऐलिफेन्ट अन द फग'' हेर्ने पनि यसकै लागि हो । सिनेमा कथा भन्न अलमलिएको छैन । आफूले भन्ने खोजेको कथा के हो, त्यसमा निर्देशक प्रस्ट हुनु नै यसको सबल पक्ष हो । अक्सर नेपाली सिनेमाको कथा मूल लयबाट बीचमा नपुग्दै भड्किन्छ । यो समस्याबाट सिनेमालाई जोगाउँदै 'तिनीहरू : ऐलिफेन्ट अन द फग'' अगाडि बढ्छ, यसैले सिनेमालाई बलियो बनाएको छ । चलचित्रको अर्को सबल पक्ष हो, अभिनय । सिनेमा पूरै अवधि 'पिरती' (पुष्पा थिङ लामा)को अघिपछि दौडिन्छ । पिरतीको अभिनय यति बेजोड छ, उनी कहीँ कतै 'बोर' लाग्दिनन् । सिंगो सिनेमा आफ्नो काँधमा बोकेकी उनले पात्रलाई जीवन्त बनाएकी छन् । पिरती कुनै पनि सिनेमा डेब्यु अभिनेत्री लाग्दिनन् । वर्षौं सिनेमाको अभिनयमा काम गरेर कुशल अभिनेत्री बनेझैँ लाग्ने पुष्पाले नेपाली चलचित्रमा राम्रो सम्भावना देखाएकी छन् । स्वरमा थोरै विविधता दिन सके चरित्र अभिनेत्रीमा उनले आफूलाई अग्रपंक्तिमा राख्ने निश्चित प्राय: छ । यसअर्थ 'तिनीहरू : एलिफेन्ट इन फग' अभिनय पक्षमा पनि अगाडि छ । नन् एक्टरलाई लिएर यो तहमा काम निकाल्नु निर्देशकको खुबी हो । चलचित्र प्राविधिक पाटोमा निकै बलियो छ । प्राविधिक पाटोमा पनि कथाअनुसारको 'मुड क्रिएट' गर्न निर्देशक अविनाशविक्रम शाह सफल छन् । अधिकारविहीनहरूको कथा सिनेमाले भन्छ । घरमै समेत आफ्नो अस्तित्व जोगाउन नसक्नेहरूको कथा सिनेमाले भन्दै गर्दा प्राविधिक पाटो पनि त्यसैअनुसार सिर्जना हुँदै अगाडि बढ्छ । लाइट र कलरले सुरुदेखि अन्तिमसम्म मूल कथाको 'मुड' समात्छ । पहिलो सिन नै डार्क सिनबाट सुरु हुने 'तिनीहरू : एलिफेन्ट इन फग'को अन्तिम सिन पनि लाइड डार्क छ । सिनेमाको धेरै कथा त लाइट, कलर र सिनेमेटोग्राफीले भन्छ । यसमा सिनेमाका यी तीनवटै पक्षमा निर्देशक हमेसा सचेत छन् । किन्नरकिन्नरीको समग्र जीवन घरपरिवार र समाजले दिने चोट र तिरस्कारमै बित्छ, सानो आशाको झिल्को पनि उनीहरू महसुस गर्न सकिरहेका छैनन् । यो तथ्यलाई सिनेमेटोग्राफरले बुझेर आफ्नो सिनेमेटोग्राफीको कौशल प्रस्तुत गरेका छन् । संवाद भन्न र क्यामेराको भ्यु फाइन्डरबाट नदेखिने धेरै कुरा सिनेमामा त्यसको ब्याकग्राउन्डस्कोरले भन्छ । यसमा पनि निर्देशकले आफूलाई पछि पारेका छैनन् । नेपाली चलचित्रमा भद्दा र कर्कश ब्याकग्राउन्डस्कोर पर्यायजस्तै बनिसकेको छ । तर, यसबाट टाढा रहेर कथा भन्ने ब्याकग्राउन्डस्कोर सिर्जना गर्नु 'तिनीहरू : एलिफेन्ट इन फग'को अर्को सबल पक्ष हो । जबरजस्ती सिनेमा तन्काउनतर्फ निर्देशक लागेका छैनन् । जति आवश्यक छ, त्यति मात्रै दृश्य राख्छन् । कसिलो सम्पादनले सिनेमालाई छरितो बनाएको छ । साउन्डमा निर्देशक निकै सचेत छन् । उनी स्थानीय मौलिकतालाई साउन्डमा सुटुक्क छिराएर स्थानीयपन दिन पछि पर्दैनन् । यौनिक तथा लैंगिक समुदाय आफ्नो 'कोड भाषा' प्रयोग गर्छ, जुन हम्मेसि अरूले बुझ्दैनन् । त्यो 'कोड भाषा' सिनेमामा निर्देशकले मजाले प्रयोग गर्छन् । यो समुदाय आफू फरक पहिचानको अथवा फरक लैंगिक समुदायको व्यक्ति हुँ भनेर आफ्नो परिचय दिन फरक तरिकारले ताली बजाउँछ । यी दुई मौलिक पक्षलाई सिनेमाले समेट्दा 'तिनीहरू : एलिफेन्ट इन फग'ले नयाँ र नौलोपन महसुस गराउँछ । सिनेमा नि:सन्देह दृश्य भाषा हो । तर, नेपाली सिनेमामा पञ्चलाइनसहितका डाइलग भकाभक खिचिन्छ । यसले समग्र नेपाली चलचित्र उद्योगलाई नै कमजोर बनाइरहेको छ । तर, दृश्यभाषा खोज्नेहरूका लागि 'तिनीहरू : एलिफेन्ट इन फग' 'फरफेक्ट' नेपाली सिनेमा हो । यति हुँदाहुँदै पनि पहिलो हाफ धेरै 'इन्ट्रेस्टिङ' नलाग्न सक्छ । कुन समुदायको कथा हो, यस्तो त हामीले देखेको छैन भन्ने लाग्न सक्छ । यसले केही दिक्क लाग्न पनि सक्छ । सिनेमामा अप्सरासँगको आत्मीय सम्बन्ध कसरी विकास भयो, उनी पिरतीसँग कसरी नजिक भएर छोरीका रूपमा बस्न थालिन्, कसरी अप्सरा आनो घरबाट निकालिइन् र पिरतीको विगत के हो, कसरी उनी घरबाट निस्किए किन्नर बनिन् ? यो यात्रालाई देखाउन आवश्यक नठान्नुचाहिँ सिनेमाको कमजोरी हो । यसले मुख्य पात्रको यात्रा केही अपुरो लाग्छ । यो देखाइएको भए कथा थप बलियो हुने थियो । तर, दोस्रो हाफले गति समाउँदै जाँदा चलचित्र 'इन्ट्रेस्टिङ' हुँदै जान्छ । पहिलो हाफमा केही 'बोर' फिल गर्नेलाई पनि सिनेमाको उत्तरार्धदेखिका दृश्यले होल्ड गराउँदै क्लाइमेक्ससम्म अड्याएर राख्छ । यौनिक तथा लैंगिक समुदायले देखाउने केही व्यवहार र शब्दचयनले थोरै 'बोर फिल' गराउन सक्छ, तर समग्रमा चलचित्र हेर्नयोग्य छ । इन्टरनेसनल फेस्टिभलमामा गएका चलचित्र 'स्लो' हुन्छन्, हेर्नै अल्छी लाग्दा हुन्छन्, दर्शक 'होल्ड' गर्नै सक्दैनन् भन्ने भाष्यलाई 'तिनीहरू : ऐलिफेन्ट अन द फग'ले चिर्न सहयोग गर्नेछ ।

-बाह्रखरी डटकम

न्यान्सीको 'अक्षरा' सेन्सर पास



आगामी शुक्रबारबाट प्रदर्शनमा आउन लागेको फिल्म 'अक्षरा'ले प्रदर्शन अनुमति पाएको छ । केन्द्रीय चलचित्र जाँच समिति (सेन्सर बोर्ड)ले फिल्मलाई युनिभर्सल सर्टिफिकेट दिँदै प्रदर्शनका लागि अनुमति दिएको हो । यो प्रमाणपत्रसँगै फिल्मलाई सबै उमेर समूहका दर्शकले हेर्न पाउनेछन् । अभिभावकले छोरीको चाहना र इच्छाविपरीत खान्दानी केटो हेरेर जबरजस्ती विवाह गरिदिएपछि उत्पन्न हुने पारिवारिक समस्या र त्यसको सामाजिक असरलाई मुख्य विषयवस्तु बनाइएको फिल्मलाई विनयराज पौडेलले निर्देशन गरेका हुन् । फिल्ममा सुशील सिटौला र न्यान्सी खड्का मुख्य भूमिकामा प्रस्तुत भएका छन्। उनीहरूसँगै सुशील पोखरेल, अंशु महर्जन, पुष्कर राउत, रिस्ता अधिकारी, उत्तम केसी, गीता अधिकारी, वीरेन्द्र कुशवाह, सृजना अधिकारी, मोहन अधिकारी, सुमन ज्योति न्यौपाने (ल्याग्री दादा) र सृष्टि खड्काको अभिनय देख्न सकिन्छ। फिल्ममा बालकलाकारका रूपमा रोनक खड्का र प्रीसा ढुङ्गाना रहेका छन् । क्षित बाबु प्रोडक्सन हाउसको ब्यानरमा निर्मित 'अक्षरा'की प्रस्तुतकर्ता सोनी थापा (ढुङ्गाना) हुन् भने उग्रसेन ढुङ्गाना र सुग्रसेन ढुङ्गानाले लगानी गरेका छन् । फिल्मको कार्यकारी निर्माताामा सुरज थापाकाजी र सुमन ज्योति न्यौपाने छन् । दिपेन बस्न्यातको छायाङ्कन, गौतम खड्काको सम्पादन फिल्ममा छ ।

-रातोपाटी डटकम

काँग्रेसको महाधिवेशनको कार्यतालिका परिमार्जन

पाल्पा, भदौ २३/नेपाली काँग्रेसको १५औं केन्द्रीय महाधिवेशनको कार्यतालिका परिमार्जन गरिएको छ । पार्टी कार्यालय सानेपामा मंगलबार बसेको कांग्रेस केन्द्रीय निर्वाचन समितिले असोज १६ देखि १९ गते नै केन्द्रीय महाधिवेशन सम्पन्न गर्ने गरी अन्य तहगत अधिवेशनका कार्यक्रमको समयतालिका परिमार्जन गरेको हो ।

कांग्रेसले केन्द्रीय महाधिवेशनको मिति यथावत् राख्दै तल्लो तहका अधिवेशनको कार्यतालिका संशोधन गरेको विज्ञप्तिमार्फत जनाएको छ । अब गाउँ-नगर अधिवेशन र प्रदेश तथा प्रतिनिधिसभा क्षेत्रीय अधिवेशन सम्पन्न गरेर सिधै केन्द्रीय महाधिवेशन गर्ने तयारी कांग्रेसको छ । रसुवाको भोटेकोशीमा आएको बाढी र विभिन्न जिल्ला र क्षेत्रबाट आएको राय, सल्लाह, सुझावलाई समेत ध्यानमा राखी अन्य तहगत अधिवेशनका कार्यक्रमको विस्तृत समयतालिका परिमार्जन गरिएको कांग्रेस केन्द्रीय निर्वाचन समिति संयोजक प्रेम बहादुर खड्काले जानकारी दिए । नयाँ कार्यतालिका अनुसार गाउँ-नगर वडा अधिवेशन असोज ३ गते शनिबार र ४ गते आइतबार स्थानीय अनुकूलता अनुसार तय गरी सम्पन्न गर्ने, गाउँ-नगरपालिका अधिवेशन ७ गते बुधबार र प्रदेश सभा क्षेत्रीय अधिवेशन/प्रतिनिधि सभा क्षेत्रीय अधिवेशन असोज १० गते शनिवार गर्ने निर्णय भएको खड्काले बताए । त्यस्तै बाढी प्रभावित रसुवा, नुवाकोट र धादिंग जिल्लाको हकमा तोकिएको निर्वाचन अधिकृत र पार्टीको स्थानीय तहसंगको समन्वयमा अधिवेशन सम्पन्न गर्ने निर्णय गरिएको छ भने नेपाली जनसम्पर्क समितिको बाँकी रहेका देशहरूको अधिवेशन असोज १० गतेभित्र सम्पन्न गर्ने गरि कार्यतालिका तय भएको छ ।

अवैध लागूऔषध सहित...

...यस्तै प्रहरीले दाङको घोराही उपमहानगरपालिका-१५ मधुवन टोलबाट अवैध लागूऔषध सहित सोही उपमहानगरपालिका-१८ बालुवाटार बस्ने २७ वर्षीय विष्णु प्रसाद सोनीलाई पक्राउ गरेको छ ।

जिल्ला प्रहरी कार्यालय दाङबाट खटिएको प्रहरीले उनलाई उक्त पदार्थ सहित पक्राउ गरेको हो । यस्तै मोरङको उर्लाबारी नगरपालिका-४ नयाँ बस्ती बस्ने ४८ वर्षीय मान बहादुर परियार समेत २ जनालाई अवैध लागूऔषध गाँजा सहित प्रहरीले पक्राउ गरेको छ । यस्तै सुनसरीको इटहरी उपमहानगरपालिका-१६ मितेरी टोलबाट अवैध लागूऔषध सहित सोही उपमहानगरपालिका-१७ बस्ने १९ वर्षीय अबु खानलाई प्रहरीले पक्राउ गरेको छ । सुनसरीकै, इटहरी उपमहानगरपालिका-७ बक्राहा मुसरी टोलबाट सोही ठाउँ बस्ने ४६ वर्षीय दिनेश चौधरीलाई प्रहरीले पक्राउ गरेको छ । यसैगरी सुनसरीको इटहरी उपमहानगरपालिका-१० बाट अवैध लागूऔं सहित सोही उपमहानगरपालिका-१० बस्ने १७ वर्षीय किशोरीलाई प्रहरीले पक्राउ गरेको छ । यस्तै झापाको, कनकाई नगरपालिका-५ तल्लो चाप्रामारीबाट अवैध लागूऔ सहित सोही नगरपालिका-४ मनकामना टोल बस्ने ३२ वर्षीय रोशन चौधरीलाई प्रहरीले पक्राउ गरेको छ ।

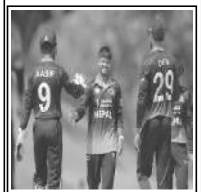
यसैगरी झापाको मेचीनगर नगरपालिका-६ बाट अवैध लागूऔषध सहित २ जनालाई प्रहरीले पक्राउ गरेको छ । पक्राउ पर्नेहरूमा अर्जुनधारा नगरपालिका-११ बस्ने २१ वर्षीय गोबिन्द श्रेष्ठ र बिर्तामोड नगरपालिका-११ बस्ने ३० वर्षीय कृष्ण बहादुर प्रधान रहेका छन् । यसैगरी झापाकै दमक नगरपालिका-२ बाट अवैध लागूऔषधसहित २ जनालाई मंगलबार प्रहरीले पक्राउ गरेको छ । पक्राउ पर्नेहरूमा भारत बिहार अररिया बौकामजरफ घर भएका १९ वर्षीय मोहमद फारूक र २४ वर्षीय चन्दन कुमार मण्डल रहेका छन् । यस्तै मकवानपुर, हेटौंडा उपमहानगरपालिका-११ थानाभन्ज्याङ बुद्धचोकबाट अवैध लागूऔषध र नगद १५ हजार रूपैयाँ सहित ३ जनालाई प्रहरीले पक्राउ गरेको छ । पक्राउ पर्नेहरूमा सोही ठाउँ बस्ने रंजित बस्नेत, ३० वर्षीय अनिश चौलागाई र २९ वर्षीय इन्द्र बहादुर अधिकारी रहेका छन् । यस्तै ललितपुरको ललितपुर महानगरपालिका-७ दुपाट डेरा गरी बस्ने काभ्रे पनौती घर भएका ४३ वर्षीया मिना केसीलाई नियन्त्रित लागूऔषध सहित प्रहरीले पक्राउ गरेको छ । यसैगरी इलामको सूर्योदय नगरपालिका-८ शान्ति चोकबाट अवैध लागूऔषध सहित २ जनालाई प्रहरीले पक्राउ गरेको छ । पक्राउ पर्नेहरूमा सोही नगरपालिका-८ कन्याम बस्ने ३० वर्षीय मिक कुमार तामाङ र २४ वर्षीय रोशन तामाङ रहेका छन् ।

पाल्पामा प्रभावकारी बन्दै...

...हुलाकबाट घरमै आएर राहदानी दिएपछि आफुलाई अत्यनन्त खुसी लागेको माथागढी गाउँपालिका-६ का लेखबहादुर गाहाले बताए । उनले भने"यस्तो दिन पनि आउला भनेर कल्पन समेत गरेको थिएन, हरेक कागजातका लागि तानसेन नै जानुपर्थ्यो, यसले हामीहरुको समयमात्र होइन खर्च समेत बचत भएको छ ।" घरमै राहदानी प्राप्त गर्न चाहने सेवाग्राहीले हुलाक शुल्क स्वरूप रु ५५ बराबरको टिकट खर्च व्यहोर्नुपर्ने व्यवस्था गरिएको छ । सरकारले परम्परागत हुलाक सेवाको स्वरूप परिवर्तन गर्दै त्यसलाई आधुनिक सरकारी सेवा वितरण प्रणालीका रूपमा रूपान्तरण गर्न खोजिरहेको भए पनि सेवा अझै प्रारम्भिक चरणमै छ । सेवाको पहुँच विस्तार, समयमै वितरण, डिजिटल ट्र्याकिङ प्रणालीको विकास तथा कर्मचारी र पूर्वाधारको क्षमता वृद्धि गर्न सके सरकारी कुरियर सेवा थप प्रभावकारी हुने अपेक्षा गरिएको पत्रकार प्रकाश नेपाल बताउन्छन् । सरकारी कार्यालयका कागजात सुरक्षित र समयमै गन्तव्यमा पुऱ्याउने माध्यमका रूपमा हुलाक सेवालाई आधुनिक र प्रविधिमैत्री बनाउनु आवश्यक रहेको उनको भनाई छ । सरकारी सेवा प्रवाहलाई छिटो, सरल र व्यवस्थित बनाउन हुलाकमार्फत सञ्चालन हुने कुरियर सेवालाई प्राथमिकताका साथ विस्तार गर्न सके सरकारी निकायबीचको समन्वय र प्रशासनिक कामकारबाहीमा समेत सकारात्मक प्रभाव पर्ने पत्रकार नेपालले बताए ।

खेलकुद समाचार

नेपाल हङकङसँग पराजित



काठमाडौं, भदौ २३/एसीसी प्रिमियर कप अन्तर्गत समूह चरणको आफ्नो अन्तिम खेलमा नेपाल हङकङसँग पराजित भएको छ । हङकङले नेपाललाई १५ रनले हराएको हो । हङकङले दिएको २६२ रनको लक्ष्य पछ्याएको नेपाल ४९.१ ओभरमा २४६ रनमा अलआउट भयो । नेपालका लागि इशान पान्डेले सर्वाधिक ९० रन बनाए पनि जितका लागि पर्याप्त हुन सकेन । आसिफ शेखले ४४, दिपेन्द्रसिंह ऐरीले २५, करण केसीले २१ तथा गुल्शन झाले २० रन बनाए । हङकङका लागि एइजाज खानले ४ विकेट लिए भने यासिम मुर्तजाले २ विकेट लिंदा किन्चित शाह, नसरुल्ला राना र अतिक इक्बालले १-१ विकेट लिए । त्यसअघि बाबर हायातले शानदार अविजित शतक बनाएपछि हङकङले नेपालविरुद्ध २६१ रनको योगफल खडा गरेको थियो । हङकङले ५० ओभरमा ७ विकेट गुमाएर २६१ रन बनाएको हो । एक समय १३३-७ को अवस्थामा रहेको हङकङका लागि बाबर हायातले शतक बनाएर एहसान खानसँग १२८ रनको अविजित साझेदारी बनाए । बाबरले १२७ बलमा ७ चौका र ७ छक्का मद्दतले ११७ रन बनाएर नटआउट रहे भने एहसान ३४ रनमा नटआउट रहे । त्यसअघि शाहिद वासिफले ४५ रन बनाए । नेपालका लागि कप्तान सन्दीप लामिछानेले १० ओभरमा ४४ रन दिएर ४ विकेट लिए । शेर मल्लले १० ओभरमा २७ रन दिएर ३ विकेट लिए । नेपाललाई हराएको हङकङ नेपालसँगै सेमिफाइनलमा पुगेको छ । हङकङको जितले आयोजक मलेसिया भने बाहिरिएको छ ।

वर्गिकृत डिस्प्ले

१ X ५ साइजमा मात्र

वर्गिकृत डिस्प्लेमा विज्ञापन दिनुहोस् व्यवसाय बढाउनुहोस् ।

सम्पर्कः ०७५-५२०६०१

अर्थ/कर्पोरेट समाचार

सुनचाँदीको मुल्य बढ्यो

पाल्पा, भदौ २३/लगातार दुई दिन घटेको सुनचाँदीको भाउ मंगलबार बढेको छ ।सुनको भाउ मंगलबार तोलामा ३ हजार ५०० रुपैयाँले बढेको हो ।

दुई दिन लगातार घटेको सुनको भाउ बढेर तोलाको ३ लाख ५ हजार ४०० रुपैयाँ पुगेको नेपाल सुनचाँदी व्यवसायी महासंघले जनाएको छ । यसअघि सोमबार सुनको भाउ तोलामा २ हजार ४०० रुपैयाँले घटेर तोलाको ३ लाख १ हजार ९०० रुपैयाँमा कारोबार भएको थियो । यस्तै कारोबार हुने हप्ताको पहिलो दिन आइतबार पनि सुनको भाउ तोलामा ३ हजार १०० रुपैयाँले घटेको थियो । त्यस्तै मंगलबार चाँदीको भाउ पनि बढेको छ । चाँदी तोलामा १०० रुपैयाँले बढेर तोलाको ४ हजार ७९० रुपैयाँमा कारोबार भैरहेको छ । यसअघि सोमबार चाँदी तोलामा ७५ रुपैयाँले घटेर तोलाको ४ हजार ६९० रुपैयाँमा कारोबार भएको थियो । आइतबार चाँदी तोलामा ४० रुपैयाँले घटेको थियो ।

मानसिक स्वास्थ्यमा ध्यान दिऔं

- मानसिक स्वास्थ्य शारीरिक स्वास्थ्यजत्तिकै महत्वपूर्ण हो भन्ने बुझौं,
- डर, तनाव वा चिन्ता भएमा विश्वासिलो व्यक्ति वा सम्बन्धित विशेषज्ञसँग खुलेर कुरा गरौं,
- परिवार, साथीभाइ र समुदायमा सहयोगी तथा सकारात्मक वातावरण निर्माण गरौं,
- पर्याप्त निद्रा र सन्तुलित आहारमार्फत मानसिक स्वास्थ्यको सुरक्षा गरौं,
- योग, ध्यान तथा सिर्जनात्मक गतिविधिमा सहभागी भई तनाव व्यवस्थापन गरौं,
- मानसिक स्वास्थ्यसम्बन्धी भ्रम र विभेदको अन्त्य गरौं,
- समस्या देखिएमा स्वास्थ्य संस्थाबाट परामर्शसेवा लिऔं,
- आत्मीय संवाद, आपसी सहयोग र सहानुभूतिमार्फत स्वस्थ समाज निर्माण गरौं।

खुलेर कुरा गरौं: मानसिक स्वास्थ्यको संरक्षण गरौं।

नेपाल सरकार

विज्ञापन बोर्ड

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

कैलाशनगर मिडिया प्रा.लि.द्वारा प्रकाशित. कार्यालय:कैलाशनगर-५,तानसेन,पाल्पा,फोन:०७५-५२०६०१,E-mail:njdnews@gmail.com पा.जि.हु.द.नं. ५/२०७८/०७९. पा.जि.प्र.का.द.नं. १९/०५१/०५२ प्रबन्धक : इन्द्रा भट्टराई. सम्पादक: रामचन्द्र रायमाझी. प्रधान सम्पादक: जगदीशप्रसाद भट्टराई