स्वच्छ र स्वतन्त्र पत्रकारिताको प्रतिक

नव जनचेतना

NAWA JANACHETANA NATIONAL DAILY राष्ट्रिय दैनिक

फिल्ममा प्रवेश गर्न नीति शाहले सकसपूर्ण यात्रा पार गर्नुपर्‍यो । सम्झौता गरेका चारवटा फिल्म नबन्दा उनको करिअर सुरु नहुँदै संकटमा पुगेको थियो । यद्यपि, 'खजुरे ब्रो'बाट उनको डेब्यु भयो । यही बैशाख २८ गतेबाट प्रदर्शन हुन लागेको यो फिल्म उनकै कारण चर्चामा छ । मिस नेपालमा भाग लिएपछि उनी 'लाइमलाइट'मा आएकी थिइन् । यसैले, नीतिको डेब्युप्रति धेरैमा चासो छ । तर, उनको नामले फिल्मको जति चर्चा भइरहेको छ, प्रचार सामाग्रीमा भने उनलाई नै खुम्चाइएको देखिन्छ ।

आजको विचार...

माधव रेग्मी

संस्कृत...
(दुई पेजमा)

बर्लिन फिल्म फेस्टिभलमा छनोटको कीर्तिमान रचेपछि 'शाम्बाला' अभिनेता कार्म यतिबेला सुदुरपश्चिमको बझाङस्थित खप्तडमा आगामी फिचर 'जुगिना'मा ब्यस्त छन् । दुई सातादेखि खप्तड क्षेत्रमा यो फिल्मको छायांकन भैरहेको छ । प्रवीण रोकायाको यो डेब्यु कथानकको छायांकन आउँदो सातादेखि काठमाडौंमा हुनेछ । कार्म आफ्नो भागको सुटिङ सकेर बझाङदेखि फर्किएका छन् । काठमाडौंमा बस्ने केटाहरुले गर्ने संघर्षको कथाको सेटिङमा बनेको यो फिल्ममा कार्मसहित अरुण क्षेत्री, लुनिभा तुलाधर, सुरक्षा पन्तको अभिनय छ ।

❑ वर्ष २९ ❑ अंक २७० ❑ २०८१ वैशाख १८ गते मंगलबार 30 April 2024, Tuesday ❑ पृष्ठ संख्या ४ मूल्य रू ५/-

सक्षिप्त समाचार

चक्कु प्रहारबाट युवकको मृत्यु

पाल्पा, वैशाख १७/स्याङ्जाको वालिङ नगरपालिका -१३ बायांटारीमा चक्कु प्रहारबाट एक युवकको मृत्यु भएको छ । दाङका २० वर्षीय आयुष चौधरीको चक्कु प्रहारबाट मृत्यु भएको हो ।

बायांटारीस्थित मुक्ति सारूको घरमा डेरा गरी बस्ने दाङ राप्ती गाउँपालिका -३ का ३५ वर्षीय निमबहादुर घर्तीमगरले सोही घरमा डेरा गरी बस्ने चौधरीलाई चक्कु प्रहार गरेका थिए । चक्कु प्रहारबाट गम्भीर घाइते भएका उनलाई प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र वालिङ पठाएकोमा डाक्टरले मृत घोषणा गरेका जिल्ला प्रहरी कार्यालय स्याङ्जाका प्रहरी नायव उपरीक्षक इन्द्रबहादुर रानाले जानकारी दिए । चक्कु प्रहार गर्ने घर्तीमगर प्रहरी नियन्त्रणमा रहेका छन् । घटनाको विषयमा थप अनुसन्धान भइरहेको प्रहरीले जनाएको छ ।

बाँध फुटेपछि ४२ को मृत्यु

(रासस/एएफपी)

माई महिउ, बैशाख १७/केन्याको राजधानी नैरोबीको उत्तरमा रहेको एउटा सहरमा बाँध फुट्दा कम्तीमा ४२ जनाको मृत्यु भएको स्थानीय गभर्नरले सोमबार एएफपीलाई बताएका छन् ।

पूर्वी अफ्रिकी देश केन्याले भारी वर्षा र बाढीको सामना गरिरहेको छ । बाँध फुट्दा ४२ जनाको मृत्यु भएको अस्पष्ट अनुमान गरिएको छ, अहिले पनि धेरै मानिस माटोमा छन्, हामी पुन:प्राप्तिका लागि काम गरिरहेका छौं", नाकुरु काउन्टीका गभर्नर सुसान किहिकाले भने । माई महिउको रिफ्ट भ्याली सहर नजिकैको बाँध फुटेर घर तथा सडकलाई बगाएको छ ।

यसअघि अधिकारीहरूले केन्यामा मार्चयता ७६ जनाले ज्यान गुमाएको जानकारी दिएका थिए । सामान्यभन्दा भारी वर्षाले पूर्वी अफ्रिकामा एल निनो मौसमको ढाँचाले जटिल बनाएको थियो । सन् २०१८ मेमा भीषण वर्षा र बाढीको बेला नाकुरु काउन्टीको सोलाईमा पनि बाँध फुट्दा दर्जनौं व्यक्तिको मृत्यु भएको थियो ।

लुम्बिनीका जिल्लामा अत्यधिक गर्मी, तातो हावाको लहर अझै बढ्ने

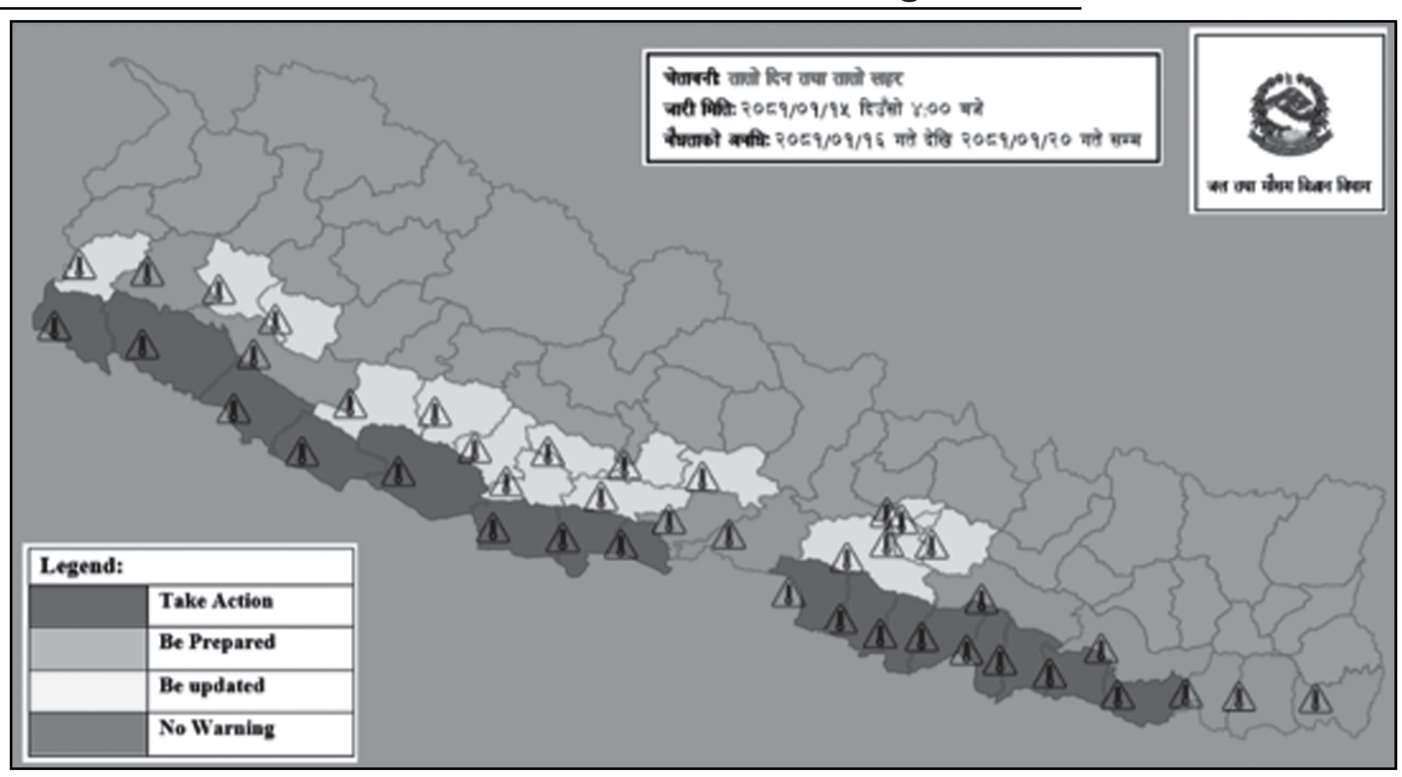
घरबाहिर ननिस्कन विभागको अनुरोध

रामचन्द्र रायमाझी

पाल्पा, बैशाख १७/केही दिनयता मुलुकका अधिकांश क्षेत्रमा तापक्रम वृद्धि हुँदा गर्मी बढेको छ । लुम्बिनी प्रदेशमा तराई जिल्लाका केही स्थानमा तापक्रमले सीमा नाघेको छ । ती स्थानहरुमा ४० डिग्री सेल्सियस तापक्रम नाघेको हो ।

जल तथा मौसम विज्ञान विभाग, मौसम पूर्वानुमान महाशाखाका अनुसार वैशाख १६ गते (आइतबार) देखि क्रमश: तापक्रम बढ्दै गएको छ । यो क्रम ५ दिनसम्म रहने जनाइएको छ । वैशाख २० गतेसम्म तापक्रम वृद्धि हुँदै जाने भएकाले गर्मी अत्याधिक मात्रमा बढ्ने छ । मौसम पूर्वानुमान महाशाखाले शनिबार विशेष बुलेटीन सार्वजनिक गर्दै लुम्बिनी प्रदेशका तराई भू-भागका केही स्थानमा अधिकतम तापक्रम ४० डिग्री सेल्सियस वा सोभन्दा बढी मापन गरिएको उल्लेख गरेको छ ।

विशेषगरी लुम्बिनी प्रदेशका भैरहवा, तिलोत्तमा, लुम्बिनी, तौलिहवा, सिक्का, बैजापुर, नेपालगञ्ज लगायतका स्थानमा तापक्रम ४० डिग्री सेल्सियस नाघेको मौसमविद् चिरञ्जीवी भेटवालले एनजेडीलाई जानकारी दिए । उनका अनुसार मदेश प्रदेशमा पनि तापक्रम अधिकतम रहेको छ । आगामी केही दिनसम्म देशभरको तापक्रमको अवस्थाको विश्लेषण अनुसार तराईका भू-भागमा अत्यधिक गर्मीको सम्भावना रहेको मौसमविद् भेटवालको भनाई छ । उनले भने "तातो बढ्ने भएकाले आवश्यक तयारी गर्नुहुन तथा आवश्यक सतर्कता अपनाउनहुन सबैमा अनुरोध गरिएको छ ।" तातो लहर "हिटवेभ" सम्बन्धी विशेष "बुलेटिन"मा देशको पहाडी भागका उपत्यका तथा खोँचहरूमा समेत तापक्रम क्रमिक रूपमा बढ्नसक्ने भएकाले सचेत रहन बुलेटीनमा भनिएको छ । तातो बढेसँगै आगलागी, हावाहुरी लगायतका समस्या झन् बढ्न सक्ने भएकाले सावधानी अपनाउनुपर्ने मौसमविद् भेटवालको भनाई छ । उनले वर्षा गराउने प्रणाली कम हुँदा तापक्रम



बढेको बताए । नेपालमा अझै केही दिनसम्म पानी नपर्ने भएकाले तापक्रम थप बढ्नसक्ने भेटवालको भनाई छ । विभागले तापक्रमलाई आधार मानेर तातो, धेरै तातो र अति तातो भनेर वर्गीकरण गरेको छ । कुनै स्थानमा तीन दिनसम्म तातो दिन भए ती स्थानमा तातो हावा (हिट वेभ)को लहर चल्ने उनले बताए । विभागले यसका लागि छुट्टाछुट्टै मापन केन्द्रहरुमा तापक्रमको आधारमा पर्सेन्टाइल भ्यालुहरु राखेको छ । त्यसैको आधारमा तातो हावाको बारेमा पूर्वानुमान गर्ने गर्छ । "कुनै एउटा मापन केन्द्रमा तीन दिनसम्म तातो दिनको थ्रेसहोल्ड काट्यो भने हामीले तातो हावा चल्यो भन्छौं," भेटवालले एनजेडीसित भने । पहाडी ठाउँमा ३० डिग्री नाघ्दा धेरैलाई गाह्रो हुन्छ भने मधेसमा सामान्य लिने गरिन्छ । मधेसमा तापक्रम ३५ नाघेपछि धेरै तातो मानिने गरिएको छ । यस्तै, कुनै ठाउँमा तापक्रम ४० डिग्री कट्दा अति तातो भनेर भनिएको छ । यस्तो अवस्थमा मानिसहरु बिरामी हुने सम्भावना रहन्छ ।

मनसुन केही दिन ढिला हुनसक्ने

तत्काललाई मनसुन हुने सम्भावना नरहेको बताइएको छ । यस वर्ष समयमा नै मनसुनी वर्षा हुने सम्भावना कम देखिएको मौसमविद् भेटवाल बताउँछन् । "अहिलेको प्रणाली हेर्दा तत्काल मनसुन हुन्छ भन्ने अवस्था छैन," उनले भने ।

स्वास्थ्यमा असर

महाशाखाका मौसिमविद् भेटवाल भन्छन्, "तापक्रम ४० डिग्री नाघ्नु भनेको धेरै हो । यो थ्रेसहोल्ड नाघ्यो भने मानिसलाई धेरै नै असर गर्छ ।" कुनै स्थानमा बसोबास गर्ने मानिसहरुलाई औसतभन्दा बढी तापक्रम हुँदा त्यसले पार्ने असर फरक हुने उनले बताए । तापक्रम बढ्दै जाँदा शरीरलाई समेत असर गर्ने हुँदा स्वास्थ्यलाई ख्याल गर्न पनि उनले सबैलाई आग्रह गरे । धेरै गर्मी हुँदा थकाइ लाग्ने, कमजोरी हुने, बढी तिर्खा लाग्ने, टाउको दुख्ने, खुट्टा बाउँडिने, चक्कर आउने, बेहोस हुने, मांसपेशी दुख्ने, बान्ता आदि हुनसक्ने विभागले जनाएको छ । तातो हावा तथा तातो लहरबाट बच्न बढी गर्मीको समयमा घरभित्र अर्थात् चिसो स्थानमा रहने, बाहिरी वातावरणमा बढी नजाने, घाममा बढी नजाने, हल्का लुगा लगाउने, सुती कपडा लगाउने, बाहिर निस्कँदा टाउको छोप्ने, टोपी लगाउने, नियमित (पटक-पटक) पानी तथा झोल पदार्थ (जुस, सर्वत, आदि) प्रशस्त मात्रामा पिउन विभागले सुझाव दिएको छ । महाशाखाले दैनिक जारी हुने मौसम पूर्वानुमान बुलेटिनमा समेत सोहीअनुसार नियमितरूपमा अद्यावधिक गरिने भएकाले अद्यावधिक मौसमी सूचनाको जानकारी लिन पनि अनुरोध गरेको छ ।

डे केयर पुग्न बालबालिकालाई सवारी साधन

कृष्ण पोखरेल

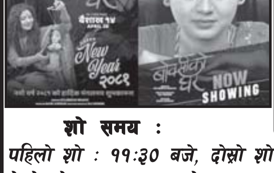
पाल्पा, बैशाख १७/दैनिक हिडेर डे केयर पुग्ने बालबालिकाहरु अब सवारी साधन चढेर सहजै पुग्ने भएका छन् । जिल्लाको तानसेन नगरपालिका-२ मेहलधारमा रहेको डे केयरसम्म पुग्नका लागि सवारी साधन नहुँदा समस्यामा पर्दै आएका बालबालिकाहरुका लागि यातायातको सेवा सञ्चालनमा आएसँगै सहज हुने भएको छ ।

विभिन्न किसिमका मस्तिष्क पक्षघात भएका बालबालिकाहरुको लागि डे केयरसम्म आउन जानको लागि यातायात सेवा सञ्चालनमा ल्याइएको हो । तानसेन नगरपालिका-२, तिमिसँग

आन्विका सहयोग कार्यक्रम, मस्तिष्क पक्षघात स्वावलम्वन समूह काठमाडौं, सुमेत रत्न बज्राचार्य (जर्मनी), नरेशप्रसाद प्रधान (अमेरिका), पाल्पा सिविआर, श्रीनगर यातायात सेवा कम्पनी प्रालि लगायतको सहयोगमा यातायात सेवा सञ्चालनमा ल्याइएको छ । यातायात सेवाको तानसेन नगरपालिकाका नगर प्रमुख सन्तोषलाल श्रेष्ठले बालबालिकाहरुलाई सवारी साधनमा चढाई सेवाको शुभारम्भ गरेका हुन् । उनले सेवाको शुभारम्भ गर्दै फरक क्षमता भएका बालबालिकाहरुलाई सबै पक्षबाट सहयोग आवश्यक रहेको बताए । नगर प्रमुख श्रेष्ठले नगर सरकारले यस्ता बालबालिकाहरुका लागि आवश्यक सहयोग गर्दै आएको र आगामी दिनमा पनि सहयोग गर्ने प्रतिवद्धता व्यक्त गरे ।

(...बाँकी अन्तिम पेजमा)(

सन्तोष चलचित्र मन्दिरमा...



नेपाल अधिराज्यभर अपार सफलतापूर्वक चलिरहेको अभिनेत्री **केकी अधिकारी**को निर्माणका तथा अभिनय रहेको साथै चर्चित गीत '**बुझिन्न मैले**' रहेको चलचित्र '**बोक्सीको घर**' भव्यताका साथ चलिरहेको छ । स-परिवारका साथ अवश्य हेर्नुहोला ।

शो समय :

पहिलो शो : ११:३० बजे, दोस्रो शो : २:३० बजे र
तेश्रो सो साझ ५:३० बजे

टिकट बुकिङ्ग नं. : ९८४७३९८५५९

(नयाँ डल्बी डिजिटल साउण्ड, न्यू प्रोजेक्टर र लक्जरी सिटमा)

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

नव जनचेतना
NAWA JANACHETANA NATIONAL DAILY राष्ट्रिय दैनिक

सम्पादकीय

पुनर्निर्माणमा विलम्ब नगर

भूकम्प गएको ९ वर्ष पूरा भएको छ । २०७२ साल वैशाख १२ गते गोरखाको बारपाक केन्द्रविन्दु भएर ७ दशमलव ६ म्याग्निच्युटको शक्तिशाली भूकम्प गएको थियो । भूकम्पले नेपालीको जीवन र मानसिकतामा कहिल्यै नबिर्सिने घाउहरु छाडेको तितो यथार्थ छ । झण्डै ९ हजार मानिसको ज्यान लिनेगरी गएको भूकम्पका कारण ५ लाखभन्दा बढी घरबार क्षतिग्रस्त बने । भूकम्पमा परी २२ हजारभन्दा बढी घाइते भएका थिए । भूकम्प गएको ९ वर्ष बितिसक्दा पनि अझै ९२ हजार परिवारका घर पुनर्निर्माण हुन सकेको छैन् । उक्त अवधिमा विश्वसम्पदा सूचीमा सूचीकृत केही सम्पदाहरु अझै बन्न सकेका छैनन् । तथ्याङ्कअनुसार ९ वर्षमा ध्वस्त र क्षतिग्रस्त ९ सय २० मध्ये वर्षमा ४ सय ७० सम्पदा मात्र पुनर्निर्माण भइसकेका छन् । मागअनुसार बजेट उपलब्ध नुहँदा केही सम्पादहरु अलपत्र देखिन्छन् । सरकारले आवश्यक बजेट उपलब्ध गराएर पुनर्निर्माण नभएका सम्पदा, भवन तथा घरहरु गराउनुपर्छ । नेपाललाई भूकम्पीय क्षतिका हिसावमा जोखिम पूर्ण मानिएको छ । विनासकारी भूकम्पबाट क्षति भएका संरचना पुनर्निर्माणको क्रम अहिले पनि जारी रहेको छ । यतिका वर्ष हुँदा पनि अझै पूर्ण रुपमा पुनर्निर्माण हुन नसक्नु दुःखद् हो ।

सरकारले क्षतिग्रस्त भवन तथा सम्पदाहरुको पुनर्निर्माणका लागि राष्ट्रिय पुनर्निर्माण प्राधिकरण गठन गरेर काम अगाडि बढाएको थियो । अवधि समाप्त भएपछि प्राधिकरण २०७८ पुसमा खारेज भइसकेको छ । तर पुनर्निर्माणको काम भने अझै सकिएको छैन । प्राधिकरण खारेजपछि निर्माणको जिम्मा सम्बन्धित निकायलाई दिइए पनि काम सुस्त छ । निजी आवास पुनर्निर्माणको काम झण्डै ९० प्रतिशत सकिएको छ । तर शिक्षा, स्वास्थ्य र पुरातात्विक सम्पदा निर्माणको काम भने सुस्त छ । सरकारले छिटो भन्दा छिटो पुनर्निर्माणको कार्यमा तदारुकता देखाउन जरुरी छ ।

Opinion @ Social Network

डराउने अन्धकारसँग होइन, आफ्नै अहंकारसँग हो, घाम डुब्दा अन्धकार बढ्छ र बिहानीसँगै उदाउँछ पनि तर अहंकार बढ्दै गयो भने जिन्दगी डुबाइदिन्छ ।

(धनु भुसालको फेसबुक स्टाटस https://www.facebook.com/Dhanubhusal202)

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

संस्कृत प्रभाव : अनपेक्षित खोज

माधव रेग्मी

बौद्ध हिन्दु धर्मावलम्बीहरूको स्तोत्र स्मरण गर्ने नाम जप गर्ने पुरानो परम्परा भएता पनि पश्चिमाहरूमा भने भर्खरै यसले ठाउँ पाउन थालेको छ । उनीहरू यसले मस्तिष्कमा पारेको प्रभावका बारेमा दङ्ग पर्न थालेका छन् । हिन्दूबौद्ध परम्परामा त सानै उमेरदेखि प्राचीन ग्रन्थहरूको जप गर्न सिकाइन्छ । सरल संस्कृतका गद्यात्मक जस्तै विष्णुसहस्रनाम गणेश पञ्चरत्नम्, रस्वती स्तोत्र आदि नाम जप गर्नुका साथै शुक्ल एजुर्वेदलगायत अति प्राचीन धर्म ग्रन्थहरूका दशौँ हजार श्लोकहरूसमेत कण्ठस्थ गरेका हुन्छन् । यस्तो नाम जप र रिचाहरूको स्मरणले मस्तिष्कको छोटो र दीर्घकालीन दुवै स्मृति मा एउटा ठूलो प्रभाव पार्दछ भन्ने कुरा जेम्सको अनुसन्धानले प्रमाणित गरेको छ । जेम्सले गरेको अनुसन्धानबाट यो पत्ता लाग्यो कि हिन्दू बौद्ध परम्पराअनुसार दैनन्दिन संस्कृतका श्लोकहरू उच्चारण गर्नाले स्मरण र सोच्ने शक्ति बढाउँदछ । जेम्सले पत्ता लगाएको संस्कृत इफेक्ट एउटा अनपेक्षित खोज थियो, जसलाई अहिले पश्चिमाहरूले अनुसरण गर्न थालेका छन् । जेम्स स्पेनको 'बास्क सेन्टर अन कग्निसन ब्रेन एण्ड ल्याङ्ग्वेजका अनुसन्धानकर्ता हुन्, जसले संस्कृतको अध्ययन, अनुसन्धान र अनुवादमा धेरै वर्ष बिताएका छन्। उनी आफै पनि संस्कृत प्रभावका एक प्रयोगकर्ता हुन् । उनी भन्छन्, 'मैले जति धेरै संस्कृतका श्लोकहरू याद गरेँ, जति धेरै संस्कृत भाषा अध्ययन गरेँ र अनुवाद गरेँ, त्यति नै मेरो शाब्दिक स्मरण शक्ति राम्रो हुँदै गयो । मेरा विद्यार्थीहरू र शिक्षक साथीहरू कक्षामा प्रश्नहरू सोध्दा र व्याख्याहरू गर्दा मैले आफ्नै वाक्यहरू ठ्याक्कै कसरी दोहोर्याउन सकेँ भनेर मेरो स्मरण क्षमतामाथि टिप्पणी गर्न थालेका छन् ।

मानव मस्तिष्कका तन्तुहरूमा संस्कृतले पारेको प्रभावका बारेमा अहिले पश्चिमी जगतका वैज्ञानिकहरूमा हलचल ल्याइदिएको छ । स्नायु तन्तु सम्बन्धी अनुसन्धानकर्ता न्युरो साइन्टिस्ट जेम्स हार्टजेलद्वारा रचिएको शब्द हो 'संस्कृत इफेक्ट' अर्थात संस्कृत प्रभाव । जेम्सले केही संस्कृत अध्ययन गरिरहेका विद्यार्थीहरूको मस्तिष्कको बारेमा सन् २०१८ मा एउटा अनुसन्धान प्रतिवेदन प्रकाशित गरेका थिए । उनले प्रकाशित गरेको अनुसन्धान प्रतिवेदनमा भनिएको छ कि लामो समयसम्म वेदका रिचाहरू र संस्कृतका स्तोत्रहरू स्मरण गरिरहने या मन्त्र उच्चारण गरिरहने र संस्कृत अध्ययन गर्ने विद्यार्थीहरूको मस्तिष्कमा रहेको ग्रे म्याटरको घनत्व र कर्टिकलको मोटाइ अन्य व्यक्तिहरूको तुलनामा धेरै गहिरो, मोटो र बढी भएको पाइयो । हामीहरूमध्ये धेरैले पशुपति, जनकपुर, मुक्ति क्षेत्र, बराह क्षेत्र जस्ता तीर्थस्थलहरूमा रहेको मन्दिरमा हिन्दु धर्मका पण्डितहरूले संस्कृतका श्लोकहरू भजेको, ॐ नम: शिवाय, हरे कृष्ण हरे कृष्ण, हरे राम हरे राम, ॐ नमो भगवते वासुदेवाय जस्ता नाम संकिर्तन गाएको अनि हिमाली श्रृङ्खलामा रहेका हाम्रा शेर्पा र लामा दाजुभाइ दिदीबहिनीहरू र भिक्षुहरूले ॐ मणि पद्मे हुँ, बुद्धं शरणम् गच्छामि, धम्मम शरणम् गच्छामि जस्ता नाम-जप गरेको त सुनेकै छौँ । उनीहरूले कसरी प्राचीन हिन्दु बौद्ध धर्मग्रन्थहरूको अध्ययनलाई सामान्य तरिकाले नै स्मरण गर्न सकेका होलान् भन्ने पनि लागेको हुनसक्छ । अहिले पनि न्यूयोर्क र बस्टनका गुम्बा र मन्दिरहरूमा बौद्ध भिक्षु र हिन्दू पण्डितहरूले प्राचीन पवित्र ग्रन्थहरूबाट सयौं पृष्ठ लामा हजारौं श्लोकहरू कण्ठस्थ जपिरहेका हुन्छन् ।

संस्कृतका अनेकन श्लोकहरूलाई कण्ठस्थ गर्न सक्ने र वेदका हजारौं रिचाहरूलाई स्मरण गर्न सक्ने कस्तो मस्तिष्क होला भनेर जेम्सले अध्ययन गरेका थिए । पश्चिमा श्रोताहरूलाई बौद्ध र हिन्दू धर्मग्रन्थका शक्तिशाली स्तोत्रहरूले मन्त्रमुग्ध पारेका छन् । बौद्ध हिन्दु धर्मावलम्बीहरूको स्तोत्र स्मरण गर्ने नाम जप गर्ने पुरानो परम्परा भएता पनि पश्चिमाहरूमा भने भर्खरै यसले ठाउँ पाउन थालेको छ । उनीहरू यसले मस्तिष्कमा पारेको प्रभावका बारेमा दङ्ग पर्न थालेका छन् । हिन्दूबौद्ध परम्परामा त सानै उमेरदेखि प्राचीन ग्रन्थहरूको जप गर्न सिकाइन्छ । सरल संस्कृतका गद्यात्मक जस्तै विष्णुसहस्रनाम गणेश पञ्चरत्नम्, रस्वती स्तोत्र आदि नाम जप गर्नुका साथै शुक्ल एजुर्वेदलगायत अति प्राचीन धर्म ग्रन्थहरूका दशौँ हजार श्लोकहरूसमेत कण्ठस्थ गरेका हुन्छन् । यस्तो नाम जप र रिचाहरूको स्मरणले मस्तिष्कको छोटो र दीर्घकालीन दुवै स्मृति मा एउटा ठूलो प्रभाव पार्दछ भन्ने कुरा जेम्सको अनुसन्धानले प्रमाणित गरेको छ । जेम्सले गरेको अनुसन्धानबाट यो पत्ता लाग्यो कि हिन्दू बौद्ध परम्पराअनुसार दैनन्दिन संस्कृतका श्लोकहरू उच्चारण गर्नाले स्मरण र सोचने शक्ति बढाउँदछ । जेम्सले पत्ता लगाएको संस्कृत इफेक्ट एउटा अनपेक्षित खोज थियो, जसलाई अहिले पश्चिमाहरूले अनुसरण गर्न थालेका छन् । जेम्स स्पेनको 'बास्क सेन्टर अन कग्निसन ब्रेन एण्ड ल्याङ्ग्वेजका अनुसन्धानकर्ता हुन्, जसले संस्कृतको अध्ययन, अनुसन्धान र अनुवादमा धेरै वर्ष बिताएका छन्। उनी आफै पनि संस्कृत प्रभावका एक प्रयोगकर्ता हुन् । उनी भन्छन्, 'मैले जति धेरै संस्कृतका श्लोकहरू याद गरेँ, जति धेरै संस्कृत भाषा अध्ययन गरेँ र अनुवाद गरेँ, त्यति नै मेरो शाब्दिक स्मरण शक्ति राम्रो हुँदै गयो । मेरा विद्यार्थीहरू र शिक्षक साथीहरू कक्षामा प्रश्नहरू सोध्दा र व्याख्याहरू गर्दा मैले आफ्नै वाक्यहरू ठ्याक्कै कसरी दोहोर्याउन सकेँ भनेर मेरो स्मरण क्षमतामाथि टिप्पणी गर्न थालेका छन् । उनीहरूलाई मैले जवाफ दिन थालेको छु कसरी हिन्दु संस्कृतका अध्येताहरूले ४० हजारदेखि १ लाखभन्दा पनि बढी शब्दहरूको वैदिक धर्मग्रन्थहरूलाई याद गर्ने र ठ्याक्कै पाठ गर्ने गर्दछन् । यो कुराले ममा प्रभाव पार्यो र मैले उनीहरूको मौखिक स्मरण गर्ने क्षमता र यसले मस्तिष्कमा पारेको प्रभावको बारेमा अध्ययन गर्न थालेँ । यो अध्ययनबाट यस्तो कुरा पत्ता लगाएँ कि संस्कृत अध्ययन गर्नेहरूको मस्तिष्क अन्य व्यक्तिहरूको तुलनामा १० प्रतिशत ठूलो हुने रहेछ ।' हार्टजेलको अनुसन्धान संस्कृतविदहरूको मस्तिष्कको परीक्षण गर्ने पहिलो अनुसन्धान हो । स्ट्रक्चरल म्याग्नेटिक रेजोनेन्स इमेजिङ अर्थात् एमआरई को प्रयोग गरेर हार्टजेलले संस्कृतका श्लोकहरू कण्ठस्थ गर्ने, पढ्ने २१ जना विद्वानहरू र त्यसै गरी संस्कृत नपढ्ने २१ जना विद्वानहरूको मस्तिष्क स्क्यान गरेर तुलना गरेका थिए र स्क्यानबाट पत्ता लगाएका थिए कि संस्कृत नपढ्नेहरूको तुलनामा संस्कृत पढ्नेहरूको मस्तिष्कमा नाटकीय परिवर्तन देखिएको थियो । संस्कृत विदहरूको मस्तिष्कका धेरै क्षेत्रहरू संस्कृत नपढ्नेहरूको तुलनामा ठूला थिए र मस्तिष्कका दुवै गोलार्धमा सामान्य व्यक्तिकोमा भन्दा १० प्रतिशत बढी मस्तिष्क पदार्थ र कर्टिकलको मोटाइ पाइएको थियो । मस्तिष्कको दाहिने गोलार्ध अर्थात हिप्पोकाम्पसले स्मरण शक्ति,ध्वनि र दृश्यका कुराहरू सम्पादन गर्ने गर्दछ । अब हामी विचार गरौं ।

संस्कृतका श्लोकहरू र वेदका रिचाहरू कण्ठस्त गर्ने विद्वानहरूको मस्तिष्कमा सामान्य व्यक्तिहरूको भन्दा १० प्रतिशत बढी मस्तिष्कको पदार्थ र मस्तिष्कको आकार ठूलो हुनु भनेको सामान्य भन्दा १० प्रतिशत बढी स्मरण शक्ति र अन्य बौद्धिक शक्तिहरू हुनु हो । जेम्सले यस्तो वृद्धि हुनुमा संस्कृतको प्रभाव छ भन्ने कुरा त पत्ता लगाए तर यो कसरी भयो भन्ने कुरा भने अझै अनुसन्धानको विषय छ । डाक्टर जेम्सको यो अध्ययनले हाम्रा प्राचीन हिन्दु ग्रन्थहरूको प्रभाव, अल्जाइमर जस्तो मस्तिष्कका तन्तुहरू विनाश गर्ने र बुढ्यौलीमा स्मरण शक्ति हराउँदै जाने रोग कम गर्न मद्दत हुन्छ कि भन्ने विषयमा अहिले अनुसन्धान अघि बढेको छ । चिकित्सकहरूको एउटा टोली संस्कृतमा थप अनुसन्धान गरेर डिमेन्सिया, अल्जाइमर जस्ता स्मरण शक्ति ह्रास गराउने रोगको उपचार प्रभावकारी हुन्छ कि भन्ने विषयमा अनुसन्धान अगाडि बढाउन तयार भएका छन् । अहिले पश्चिमाहरू हाम्रो पूर्वीय दर्शनका माइन्डफुलनेस र ध्यानका अभ्यास गरेर फाइदा लिन तल्लिन भएका छन् । वास्तवमा यो यही संस्कृत प्रभावको एउटा रूप हो । थोरै थोरै भए पनि नाम, जप र संस्कृतको पाठ गर्नाले हाम्रो मस्तिष्कमा आश्चर्यजनक प्रभाव पार्न सक्छ भन्ने कुरा त अनुसन्धानले देखाइसक्यो । हाम्रा पूर्वजहरू जसले दिनहुँ संस्कृतका श्लोकहरू र संस्कृतको नाम-जप, च्यान्टिङ गर्ने गर्दथे उनीहरूमा अल्झाइमर र डिमेन्सिया कम देखिनुमा कतै यही संस्कृतको प्रभाव त थिएन भनेर हामीलाई सोच्न यो अनुसन्धानले बनाएको छ ।

-हाम्राकुरा डटकम

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 ११५७०२१२४६
- 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 : दाम्पत्य जीवनमा एक किसिमको निरासता आउन सक्छ ।	**तुला** : सुखद् यात्राको योग छ । धनार्जनका नयाँ स्रोतहरू पत्ता लाग्नेछन् ।
वृष : चिताएको कामले तीव्रता लिनेछ । परिश्रमबाट उपलब्धि राम्रै पाइनेछ ।	**वृश्चिक** : अवसरले मन प्रसन्न रहनेछ । यात्राको अवसर प्राप्त हुनेछ ।
मिथुन : शुभकार्यको चर्चा चल्नेछ । कान्ति र शान्ति छाउनेछ ।	**धनु** : जिद्दीपनाले गर्दा काम बिग्रने डर छ । तनाव बढेको महसुस हुनेछ ।
कर्कट : भाग्यले अवसर जुराउनेछ । कारोबारबाट राम्रो फाईदा हुनेछ ।	**मकर** : उपलब्धि राम्रै पाइएला । रोकिएका काम पुन: सुरु हुन सक्छन् ।
सिंह : हर्षका बीचमा समय व्यतीत हुनेछ । स्वास्थ्य सबल नै रहनेछ ।	**कुम्भ** : कार्यमा सफलता मिल्नेछ । जटिल ठानिएको कामसमेत सम्पादन हुनसक्छ ।
कन्या : आर्थिक र व्यवसायिक समस्या समाधान हुनेछन् । शत्रु पनि क्षय होलान् ।	**मीन** : मित्रताको बन्धन कसिने छ । नोकरी गर्नेले मानसम्मान पाउनेछन् ।

...जना प्रविधि

गर्मीमा स्मार्टफोन तात्यो भने के गर्ने ?

खपिन सक्नुको गर्मीबाट बच्न मानिसहरू विभिन्न उपाय अपनाइरहेका छन् । गर्मीमा स्मार्टफोन पनि निकै तात्छ । तातिएको फोनलाई सामान्य अवस्थामा ल्याउन तपाई के गर्नु हुन्छ । थाहा पाइराख्नुस् फोन चिसो पोर्न उपायहरू :

फोनलाई शरीरबाट टाढा राख्नुस्

गर्मीको समयमा मानिसहरू फोनलाई आफ्नो खल्तीमा राख्ने गरेका छन् । गर्मीमा शरीर तातो हुँदा फोन पनि तात्ने सम्भावना रहन्छ । यस्तो अवस्थामा गर्मीमा फोनलाई शरीरबाट टाढा राख्नुपर्छ । यसको सट्टा तपाईले फोनलाई झोला राख्न सक्नुहुन्छ ।

फोनलाई रिस्टार्ट गर्ने

गर्मीको समयमा फोन निकै तातो भइरहेको छ भने यसलाई सामान्यमा अवस्थामा ल्याउन एउटा सजिलो तरिका छ । गर्मीका कारण फोन तातो भएको हो भने केही समयको लागि फोनको प्रयोग गर्न बन्द गर्न सक्नुहुन्छ । यसबाट फोनलाई केही बेर भएपनि ब्रेक पाउँछ । यसो गर्दा पनि फोन तात्न छाडेन भने फोन रिस्टार्ट गर्न सकिनछ ।

सूर्यको किरणबाट बचाउने

फोनमा ब्याट्री हुन्छ । फोनमाथि सीधै सूर्यको किरण पर्यो भने यो तात्न सक्छ । फोनलाई सामान्य बनाउन केही समयको लागि यसलाई छायाँ भएको ठाउँमा राख्नुहोस् ।

एयरप्लेन मोड अन

लामो समयदेखि फोन चलाइरहेको छ भने पनि फोन तात्न सक्छ । एकै साथ धेरै एप र फाइलहरू प्रयोग गरिरहेको छ भने पनि फोन तात्न सक्छ । फोनलाई चिस्याउन केही बेर एयरप्लेन मोडमा राख्न सकिन्छ । यसो गर्दा केही बेरमै फोन सामान्य अवस्थामा फर्किन्छ ।

गर्न नहुने गल्ती

मानिसहरू प्राय: फोनलाई कभर हालेकै अवस्थामा चार्जमा राखिदिन्छन् । कतिले त फोनलाई चार्जमा राख्दा यसमाथि केही सामान राखिदिन्छन् । हावा सञ्चार राम्रोसँग नहुँदा फोन तात्न थाल्छ ।

-रातोपाटी डटकम

पृथ्वीका नदीहरूको नयाँ विश्वव्यापी लेखाजोखा प्रदान गर्ने

नासाका अन्वेषकहरूको नेतृत्वमा गरिएको अध्ययनले पृथ्वीका नदीहरूबाट कति पानी बग्छ भन्ने नयाँ अनुमान उपलब्ध गराएको छ । यो पृथ्वीको जलचक्र बुझ्न र यसको ताजा पानीको आपूर्ति व्यवस्थापन गर्न महत्त्वपूर्ण जानकारी हो । दक्षिणी क्यालिफोर्नियामा नासाको 'जेट प्रोपल्सन प्रयोगशाला' का अन्वेषकहरूले नयाँ विधि प्रयोग गरे । प्रयोगले 'स्ट्रिम-गेज' मापनलाई विश्वभरका करिब ३० लाख नदी खण्डहरूको कम्प्युटर मोडेलहरूसँग जोडेको छ । स्ट्रिम गेज स्ट्रिममा पानीको स्तरको उचाइ मापन गर्न प्रयोग गरिने उपकरण हो ।

नेचर जियोसाइन्समा हालै प्रकाशित अध्ययनले सन् १९८० देखि सन् २००९ सम्म पृथ्वीका नदीहरूमा पानीको कूल मात्रा औसतमा दुई हजार दुई ४६ घन किलोमिटर रहेको अनुमान गरेको छ । अन्वेषकहरूले अमेजन बेसिनले विश्वको नदीको पानीको लगभग ३८ प्रतिशत समावेश भएको अनुमान गरेका छन् । यो कुनै पनि जलविज्ञान क्षेत्रको मूल्याङ्कन गरिएको सबैभन्दा धेरै हो । पृथ्वीको जलचक्रमा मानव प्रभावको मापनमा सुधार गर्न सकियोस् भनेर अध्ययनका अनुमानहरूको तुलना अन्तर्राष्ट्रिय सतही जल र महासागर टोपोग्राफी (एसडब्ल्युओटी) उपग्रहको डाटाबाट गर्न सकिने नासाले शुक्रबार बताएको छ । सतही जल र महासागर टोपोग्राफी नासा, फ्रान्सेली अन्तरिक्ष एजेन्सी, क्यानाडाली स्पेस एजेन्सी र युनाइटेड किङ्गडम स्पेस एजेन्सी बीचको संयुक्त सहयोग हो । यी सर्वेक्षणद्वारा संकलन गरिएका तथ्याङ्कहरूले विश्वभरको ताजा पानी व्यवस्थापनमा सहयोग गर्दै समुद्री परिसंचरण मोडेलहरू र मौसम पूर्वानुमानहरू सुधार गर्न सक्छन् ।

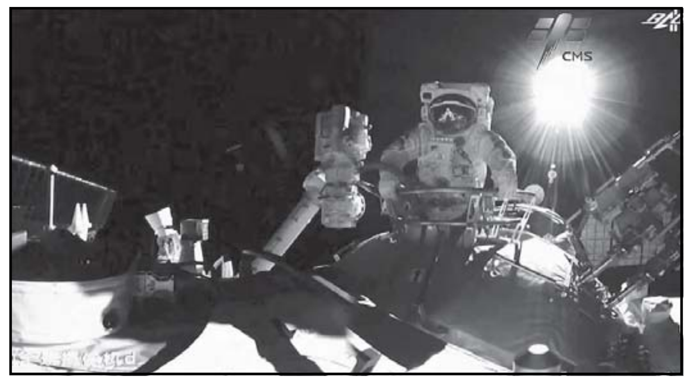
सन् २०२२ डिसेम्बरमा सुरु गरिएको अन्तर्राष्ट्रिय सतही जल र महासागर टोपोग्राफीले विश्वभर पानीको उचाइको म्यापिङ गर्ने र नदीको उचाइमा हुने परिवर्तनले भण्डारण र डिस्चार्जको मात्रा निर्धारण गर्ने तरिकाको प्रस्ताव गर्दछ । *-रासस*

भोइजर-१ पुग्यो अन्तरिक्षको २४ बिलियन किमी टाढा

अमेरिकी अन्तरिक्ष एजेन्सीले आफ्नो भ्वाएजर-१ प्रोबले महिनौंसम्म भ्रामक कुराहरू गरेपछि पुन: पृथ्वीमा प्रयोग योग्य जानकारी पठाउँन सुरू गरेको छ । ४६ वर्ष पुरानो नासाको यो अन्तरिक्षयान मानव जातिले बनाएको र पृथ्वी भन्दा बाहिर पुगेको सबैभन्दा टाढाको वस्तुसमेत हो । कम्प्युटरको त्रुटिले नोभेम्बरमा पढ्न योग्य डाटा फिर्ता गर्न रोकेको थियो तर इन्जिनियरहरूले अब यसलाई ठीक गरेको नासाले जनाएको छ । यस क्षणको लागि भोइजरले यसको अनबोर्ड प्रणालीहरूको बारेमा स्वास्थ्य डेटा मात्र पठाउन सुरू गरेको छ । नासाका वैज्ञानिकहरूले यसका उपकरणहरूमा थप काम गरे पछि अनलाइनमार्फत सही सुचना पठाउन थालेको हो । भोइजर-१ २४ बिलियन किलोमिटर भन्दा धेरै टाढा पुगिसकेको छ । यसको रेडियो सन्देशहरू हामी सम्म पुग्न २२/५ घण्टा लाग्न थालेको छ । यो खासमा ब्रम्हाण्डमा अर्को पनि मानवजीवन रहेको ग्रह छ कि भन्ने अनुसन्धानमा लागेको छ । 'भोइजर-१ अन्तरिक्ष यानले आफ्नो जहाजको इन्जिनियरिङ प्रणालीको स्वास्थ्य र स्थितिको बारेमा प्रयोगयोग्य डेटा फिर्ता गरिरहेको छ,' नासाले एक विज्ञप्तिमा भन्यो, 'अब अर्को चरण भनेको अन्तरिक्ष यानलाई फेरि विज्ञान डेटा फर्काउन सुरु गर्न सक्षम गर्नु हो।' भ्वाएजर- १ लाई सन् १९७७ मा पृथ्वीबाट बाहिरी ग्रहहरूको भ्रमणका लागि प्रक्षेपण गरिएको थियो । त्यस पछि यो निरन्तर यात्रामा रहेको छ ।

-डिसी नेपाल डटकम

चीनको अन्तरिक्ष स्टेशनसँग ठोक्कियो फोहोरको टुक्रा



अन्तरिक्षमा घुमिरहेका फोहोरका टुक्राहरु चिनियाँ स्पेस स्टेशन तियानगोङ्गमा ठोक्किएका छन् । उक्त घटनाबाट स्पेस स्टेशनमा क्षति पुगेको छ । त्यसका सोलार प्यानल क्षतिग्रस्त बनेका छन् । जसका कारण स्पेस स्टेशनमा विद्युत आपूर्तिमा अवरोध उत्पन्न भएको थियो । उक्त घटनापछि स्पेस स्टेशनमा रहेको चिनियाँ अन्तरिक्षयात्रीहरू बाहिर निस्किएर अन्तरिक्षमा हिडेर (स्पे वाक) गरी त्यसलाई मर्मत गरेका थिए । साथै चीनले अप्रिल २५ मा एकजना नयाँ अन्तरिक्षयात्रीलाई आफ्नो स्पेस स्टेशनमा पठाएको छ । उनी स्पेस स्टेशनमा जोडिएसँगै त्यहाँ रहेका पुराना अन्तरिक्षयात्री पृथ्वीमा फर्किनेछन् र स्पेश स्टेशनको थप मर्मत पनि गरिनेछ ।

पछिल्लो दुर्घटना पश्चात् अन्तरिक्ष फोहोरको सम्भावित जोखिमका विषयमा विश्वको ध्यानाकर्षण भएको छ । चिनियाँ मानव अन्तरिक्ष एजेन्सी ((सिएमएसए) का अनुसार तियानगोङ्गको मर्मतका लागि स्टेशनमा रहेका अन्तरिक्षयात्रीहरुलाई दुईपटक स्पेस वाक गराउनु परेको थियो । एजेन्सीका अनुसार अन्तरिक्ष फोहोरको टुक्रा स्टेशनको बाहिरी सोलार प्यानलसँग ठोक्किएको थियो । जसका कारण केहीबेरका लागि बिजुली आपूर्तिमा समस्या उत्पन्न भएको थियो । साथै अन्तरिक्ष फोहोरसँगको टकरावका कारण तियान्हे मोड्युलमा पनि केही क्षति पुगेको थियो । त्यसका केही तारहरु काटिएका थिए । यो घटनासँगै चीनको स्पेस एजेन्सी अब अन्तरिक्ष फोहोरबाट स्पेस स्टेशनलाई जोगाउनका लागि नयाँ नीतिको तयारीमा लागेको छ । साथै उसले अन्तरिक्ष स्टेसनको सुरक्षाका लागि नयाँ प्राविधिक योजना पनि बनाएको छ । यद्यपि आफ्नो स्पेस स्टेशसँग ठोक्किएको अन्तरिक्ष फोहोर कस्तो खालको हो भन्ने बारेमा चिनियाँ स्पेस एजेन्सीले केही पनि बताएको छैन । त्यो सूक्ष्म चट्टान थियो कि कुनै स्याटेलाइटको टुक्रा भन्ने खुलेको छैन । वास्तवमा अन्तरिक्ष फोहोर सदैव स्पेस स्टेशनका लागि खतरा बनिरहेको छ । नर्थ अमेरिकन एरोस्पेस डिफेन्स कमान्डका अनुसार अन्तरीक्षमा ४३ हजारभन्दा धेरै फोहोरका टुक्रा रहेका छन् । हाल करिब ७५ सयको संख्यामा सक्रिय स्याटेलाइटहरुले पृथ्वीको परिक्रमा गरिरहेका छन् । त्यसमा सबैभन्दा धेरै स्याटेलाइट एलन मस्कको कम्पनी स्पेस एक्सका स्टारलिंक स्याटेलाइट छन् । सन् १९९८ मा अन्तरिक्षमा स्थापित भएपछि अहिलेसम्म अन्तरिक्ष फोहोरबाट बँच्नका लागि अन्तर्राष्ट्रिय स्पेस स्टेशनले ३० पटक आफ्नो स्थान तथा उचाइ परिवर्तन गर्नुपरेको छ । चीनको तियानगोङ्ग अन्तरिक्ष स्टेशनले पनि केही पटक आफ्नो स्थान परिवर्तन गरेको छ ताकि अन्तरिक्ष फोहोरसँग ठोक्किनबाट जोगियोस् । अन्तरिक्ष फोहोरलाई स्पेस स्टेशनमा आउनुभन्दा अगाडि नै पत्ता लगाउन सकिने प्रविधिमा चीनले अहिले काम गरिरहेको छ ताँकी स्टेशनमा फोहोर ठोक्किएर कुनै क्षति नहोस् ।

-अनलाइनखबर डटकम

हेडसेटको 'माइक्रोसफ्ट' बन्दै मेटा

मेटाले यसको क्वैस्ट हेडसेटको अपरेटिङ सिस्टम (ओएस) अरू हार्डवेयर निर्मातालाई दिन थालेको छ । मेटाले सोमबार आफ्नो सफ्टवेयर अरू कम्पनीका निम्ति पनि लाइसेन्सिङ गर्न लागिएको जनाएको हो । सुरुमा मेटाले प्रमुख हेडसेट निर्माता असुस, लेनेभो र माइक्रोसफ्टको एक्सबक्सलाई सफ्टवेयर उपलब्ध गराउने भएको छ । तीनै कम्पनीले मेटाको सफ्टवेयर अनुसारका हार्डवेयर उत्पादन गर्ने पुष्टि गरेका छन् । जसरी माइक्रासफ्टले आफ्नो अपरेटिङ सिस्टम अरू कम्प्युटर उत्पादकलाई दिन्छ, त्यस्तै मेटाले पनि गर्न खोजेको भनिएको छ ।

'मेटा होराइजन ओएस' भनिएको यो अपरेटिङ सिस्टम डेभलपरका लागि समेत खुला गरिएको छ । उनीहरूले आँखा, अनुहार, हात, शरीर ट्र्याकिङ र हाई रिजोल्युसन पासथ्रुजस्ता प्रविधिमा पहुँच पाउन सक्छन् । मेटाको हेडसेट ओएसमा रहेको मिक्स्ड रियालिटी फिचरमार्फत प्रयोगकर्ताले भर्चुअल रियालिटीसँगै आफ्नो वरपरको वास्तविक दृश्य समेत देख्न सक्छन् । कम्पनीले भविष्यका सबै हेडसेट आईओएस र एन्ड्रोइड उपकरणमा मेटा क्वेस्ट एपमार्फत कनेन्ट हुन सक्ने जनाएको छ ।

मेटाले वैकल्पिक एप स्टोरमा समेत काम गरिरहेको छ । मेटाले यसलाई मेटाभर्सका निम्ति अझै खुला कम्प्युटिङ प्लेटफर्म बनाउने आफ्नो लक्ष्यतर्फको अर्को कदम भनेको छ । मेटोको यो सृटवेयरका हेडसेट प्रयोगकर्ताले अनलाइनमार्फत भर्चुअल रियालिटीमा खेल खेल्ने, एकार्कासँग अन्तरक्रिया गर्न सक्ने, इभेन्ट, खेल एवं अन्य गतिविधि होस्ट गर्न सक्छन् । संस्थापक मार्क जुकरबर्गले भर्चुअल रियालिटी प्लेटफर्मका रूपमा मेटाभर्सको कन्सेप्ट अघि सार्दै पहिलेको फेसबुकलाई मेटाका रूपमा रिब्रान्ड गरेका थिए ।

-बाह्रखरी डटकम

टिकटकमाथि प्रतिबन्ध लगाउने विधेयक अमेरिकी कंग्रेसद्वारा पारित

सामाजिक सञ्जाल एप टिकटकलाई यसको चिनियाँ मूल कम्पनी बाइटडान्सबाट अलग गर्न वा अमेरिकी बजारबाट बन्द गर्नुपर्ने कानूनलाई अमेरिकी सिनेटले अनुमोदन गरेको छ । यो कदम ९५ अर्ब डलरको विदेशी सहायता प्याकेजको हिस्सा थियो । उक्त प्याकेजमा युक्रेन, इजराइल र ताइवानलाई सैन्य सहायता पनि समावेश थियो । यसलाई अहिले कंग्रेसले अनुमोदन गरेको छ र प्रमाणीकरणका लागि राष्ट्रपति जो बाइडेनको डेस्कमा पुगेको छ । अमेरिका र अन्य पश्चिमी अधिकारीहरूले युवामाझ टिकटकको लोकप्रियताप्रति चिन्ता व्यक्त गर्दै यसले बेइजिङलाई डाटा संलन गर्न र प्रयोगकर्ताहरूमाथि जासुसी गर्ने अनुमति दिने आरोप लगाएका छन् । अमेरिकामा मात्र यसको प्रयोगकर्ताको संख्या १७ करोड रहेको छ ।

आलोचकहरूले टिकटक बेइजिङको अधीनमा रहेको र गलत प्रचार फैलाउने माध्यम भएको बताएका छन् । चीन र कम्पनीले ती दाबीहरूको कडारूपमा खण्डन गरेका छन् । कुनै पनि कम्पनीलाई अमेरिकी बजारमा सञ्चालन गर्नबाट रोक लगाउन दुर्लभ कदम चाल्न सक्ने उक्त विधेयक प्रतिनिधिसभाले बलियो द्विदलीय (डेमोक्रेट र रिपब्लिकन) समर्थनका साथ पारित गरेको तीन दिनपछि सिनेटले १८ का विरुद्ध ७९ मतले पारित गरेको थियो । राष्ट्रपति बाइडेनले कानूनमा हस्ताक्षर गर्ने बताएका छन् ।

उनले यसै महिनाको प्रारम्भमा चिनियाँ राष्ट्रपति सी चिनफिङसँगको दुर्लभ टेलिफोन वार्तामा टिकटकका बारेमा आफ्नो चिन्तालाई दोहोराएका थिए । सदनमा मतदान भएपछि टिकटकले गुनासो गर्दै कानून निर्माताहरूले १७ करोड अमेरिकीको स्वतन्त्र अभिव्यक्तिलाई कुल्चिने, ७० लाख व्यवसायलाई ध्वस्त पार्ने र अमेरिकी अर्थतन्त्रमा वार्षिक २४ अर्ब डलरको योगदान गर्ने प्लेटफर्म बन्द गर्ने प्रतिबन्धित विधेयकलाई अवरोध पार्ने कोशिस गर्नु "दुर्भाग्यपूर्ण" हो भनेको छ । विधेयक अन्तर्गत बाइटडान्सले एक वर्षभित्र एप बिक्री गर्नु पर्नेछ वा अमेरिकामा एप्पल र गुगलको एप स्टोरहरूबाट बाहिरिनु पर्नेछ । पूर्वराष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्पअन्तर्गत अमेरिकी अर्थमन्त्रीका रूपमा काम गरेका स्टिभन मेनुचिनले आफू टिकटकलाई अधिग्रहण गर्न इच्छुक रहेको भन्दै लगानीकर्ताहरूको समूह भेला गरेका छन् । टिकटक वर्षौंदेखि अमेरिकी अधिकारीहरूको निशानामा परेको छ । अधिकारीहरूले उक्त प्लेटफर्मले बेइजिङलाई अमेरिकामा यसको प्रयोगकर्ताहरूको जासुसी गर्न अनुमति दिएको बताएका छन् । यद्यपि प्रतिबन्धले मुद्दा चलाउन सक्छ ।

कंग्रेसले पारित गरेको विधेयकले शत्रु मानिएको मुलुकद्वारा नियन्त्रित भएमा अमेरिकी राष्ट्रपतिलाई राष्ट्रिय सुरक्षाका लागि खतराका रूपमा अन्य आवेदनहरू तोक्ने अधिकार दिन्छ । सामाजिक सञ्जाल एक्सका अर्बपति मालिक एलन मस्कले टिकटकमाथि प्रतिबन्ध लगाइएको विरोध गर्दै भने, "यस्तो गर्नु वाक र अभिव्यक्ति स्वतन्त्रताको विपरीत हुनेछ ।" *-हाम्राकुरा डटकम*

स्याङ्जाका शिवको लोभलाग्दो 'ड्रागन फ्रुट' खेती

वालिङ (स्याङ्जा), बैशाख १७/दश वर्ष कोरिया बसेर फर्किएका शिव थापा व्यावसायिक रूपमा 'ड्रागन फ्रुट' फलाउन थालेका छन् । वालिङ नगरपालिका-४ रत्नेथुम्काका उनले विदेशमा सिकेको सीप आफ्नै गाउँ फर्केर उपयोग गरेका हुन् ।

'दक्षिण कोरियामा निर्माण क्षेत्रमा काम गरेता पनि फुर्सदमा त्यहाँका कृषि फार्ममा पनि काम गरेर अनुभव लिएको थिएँ", उनले भने, "त्यहाँ सिकेको ज्ञान अहिले आफ्नै जन्मभूमिमा फर्केर प्रयोग गरी आम्दानीसित जोडिएको छु ।" कोरियाबाट ड्रागनखेती गर्छु भन्ने संकल्पका साथ गाउँ आएका उनले दुई वर्षअघि तीन सय बिरुवा लगाएका थिए । बिरुवाले प्रशस्त फल दिएपछि त्यसलाई विस्तार गर्दै हाल पाँच रोपनीमा एक हजार बिरुवा लगाएका छन् । "नयाँ फल भएकाले स्थानीय बजारमा यसको खपत भएको छ", उनले भने, "गत वर्ष घरबाट नै डेढ क्विन्टल बिक्री गरेको थिएँ यस वर्ष पाँच क्विन्टल बिक्री गर्ने लक्ष्य छ ।" सुरुमा आफूले उत्पादन गरेको फलका बारेमा बुझाउँदै हिँड्नु परे तापनि अहिले उत्पादन हुनासाथ घरबाटै बिक्री हुने गरेकाले बजारको समस्या नभएको उनी बताउन्छन् । प्रतिकेजी पाँच सयका दरले बिक्री गर्दै आएका उनी मागअनुसार आपूर्ति गर्न नसकको बताउँछन् । छ लाखको लागतमा व्यावसायिक खेती थालेका थापालाई 'फार्म'को सुरक्षाका लागि वालिङ नगरपालिकाले तारबार गर्न तीन लाख उपलब्ध गराएको छ । वडा कार्यालयले पनि सिँचाइका लागि सहयोग गरेको उनले बताए । उनले ड्रागन फ्रुटसँगै खाली रहेको जमिनमा कोरियाली साग (फेछु) र चिनियाँ साग पनि लगाएका छन् । "ड्रागन फ्रुटका बोटका बीचमा साग लगाएको छु, त्यसको माग अत्यधिक छ", उनले भने, "तीन-तीन महिनामा साग बेचेर रु एक लाख आम्दानी गर्दै आएको छु ।"साग पनि स्थानीय व्यापारीले घरमै आएर किन्ने गरेका छन् । उनले फार्ममा सेतोपातीको समेत व्यावसायिक उत्पादन गर्दै आएका छन् । काटेर सुकाएको सेतोपाती प्रतिकेजी एक सयका दरले बिक्री हुने गरेको छ । "अहिले उत्पादन भएको ड्रागन फ्रुटलगायत कृषिजन्य उत्पादन नजिकैको बजारमा खपत भइरहेको छ, अब व्यवसायलाई विस्तार गर्ने सोचमा छु", उनले भने । ***-रासस***

डे केयर पुग्न...

...कार्यक्रममा वडा अध्यक्ष महेश्वर श्रेष्ठले आफ्नै वडामा भएको यस्तो महान अभियानलाई आगामी दिनमा पनि आवश्यकता अनुसार सहयोग गर्दै जाने बताए । पाल्पा जेसिसका अध्यक्ष अर्जुन कार्कीले डे केयरलाई प्राथमिकतामा राखेर जेसिजले काम गर्ने उल्लेख गरे । श्रीनगर यातायात सेवा कम्पनी प्रालिका कम्पनी सचिव भविन्द्र गौतमले सबै काम कुरा नाफाबाट नहेरी सामाजिक सेवा र उत्तरदायित्वको भावनाले हेरेमा डे केयर जस्ता संस्थाहरु राम्रोसँग सञ्चालन हुने बताए । उनले आफ्नो समितिले डे केयर सञ्चालनको लागि आगामी दिनमा समेत सहयोग गर्ने प्रतिवद्धता व्यक्त गरे ।

अभिभावक चन्दबहादुर रानाले पाल्पा सिविआरका पदाधिकारी तथा सदस्यहरुले मासिक रुपमा बालबालिका तथा अभिभावकहरुसँगको भेटघाटलाई बढाउनु पर्ने, बालबालिकालाई चाहिने आवश्यक सरसमानहरु बढाउनु पर्ने सुझाव दिए । डे केयरका कार्यक्रम संयोजक कृष्ण गहतराजले लामो प्रयास र खटाई पछि मस्तिष्क पक्षघात बालबालिकाहरुको लागि यातायातको सुविधा प्रदान गर्न सफल भएको बताए ।

कार्यक्रम पाल्पा सिविआर अध्यक्ष हेमन्तराज शाक्यको अध्यक्षता र सिविआरका सदस्य शैलेन्द्र भट्टराईको सञ्चालनमा भएको थियो । मस्तिष्क पक्षघात स्वावलम्वन समूह काठमाडौंको मुख्य सहयोग र सिविआर पाल्पाको संयोजनमा विगत ६ बर्षदेखि तानसेनमा डे केयर सञ्चालन हुँदै आएको छ । यहाँका बालबालिकाहरु दैनिक रुपमा शारिरिक रुपमा फिजियो थेरापी, दैनिक पठन-पाठन, खेल्दै, सिक्दै, दैनिक रुपमा प्रयोग हुने जीवन उपयोगी सिपहरु सिक्न, डे केयर पुग्ने गरेका छन् । मस्तिष्क पक्षघात केही बालबालिकाहरु लट्ठीको सहायतामा डे केयर पुग्ने गरेका छन् भने केही बालबालिकाहरु अभिभावकको सहायतामा त्यहाँ पुग्ने गर्छन् । यहाँ आउने बालबालिकाहरुका लागि दिनभरी नै फिजियोदेखि खाने, बस्ने र खेल्ने व्यवस्था मिलाईएको डे केयरका कार्यक्रम संयोजक कृष्ण गहतराजले बताए । यहाँ १२ जना मस्तिष्क पक्षघातका बालबालिका र ८ जना अन्य बालबालिकाहरुले नियमित रुपमा पठन-पाठन समेत गर्दै आएका छन् ।

VACANCY AT
TANSEN SCHOOL OF HEALTH SCIENCE

Post: - Instructor (Science Teacher)
Required No: - 2
Job Status : Time bound contract (Renewal)
Qualification :

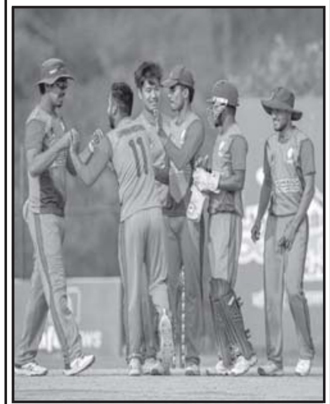
- The candidate should have Preferable Master Degree.
- Should have good communication and interpersonal relationship skills.
- Should have at least 1 year work experience in related field.

Please apply application with a copy of recent bio-data, passport size photograph and other necessary documents by 24th of Baisakh 2081 to Principal, only the short-listed candidates will be invited for an interview and written test.

Contact :
075-520166
Email: tns@info.com.np
Principal
Tansen School of Health Science

खेलकुद समाचार

कर्णालीलाई हराउँदै लुम्बिनीलाई उपाधि



काठमाडौं, बैशाख १७/पहिलो संस्करणको वीर गणेशमानसिंह टी२० प्रतियोगिता फाइनलमा कर्णाली प्रदेशलाई ३१ रनले हराउँदै उपाधि जितेको छ ।

सोमबार मुलपानी क्रिकेट मैदानमा भएको फाइनलमा ११७ रनको लक्ष्य पछ्याएको कर्णाली १५.३ ओभरमा ८५ रनमा अल आउट भयो । कर्णालीका विपिन शाहीले १८ बलमा ४ चौका र १ छक्कासहित सर्वाधिक २८ रन बनाए । विपिन रावलले ३१ बलमा १ चौकासहित २३ र दीपेन्द्र रावतले १२ रन बनाए । अन्य कुनैपनि ब्याटरले राम्रो गर्न सकेनन् । लुम्बिनीका स्पिनर अभिषेक गौतमले ३.३ ओभरमा १० रन खर्चेर ५ विकेट लिए । नर सार्कीले २ ओभरमा ७ रन खर्चेर २, देव खनाल र मिर्नल गुरुङले १-१ विकेट लिए । त्यसअघि टस जितेर पहिला ब्याटिङ रोजेको लुम्बिनीले २० ओभरमा ९ विकेट गुमाउँदै ११६ रन बनाएको थियो । लुम्बिनीका मिर्नल गुरुङले ३० बलमा ३ चौकासहित २७, देव खनाल, आकाश त्रिपाठी र सुनिल भण्डारीले ८-८ रन बनाए । विराट भण्डारी २३ बलमा २ चौकासहित २६ र कृष्ण कार्कीले २२ रन बनाए । कर्णाली प्रदेशका युनिस ठकुरीले ४ ओभरमा १७ रन खर्चेर ३, दीवान पुन र दीनेश अधिकारीले २-२ विकेट लिए । ७ प्रदेश सहभागी प्रतियोगिता राउण्ड रोविनको आधारमा भएको थियो । लुम्बिनी शीर्ष र कर्णाली दोस्रो स्थानमा रहँदै फाइनल खेलेका थिए । समान ८ अंक भए पनि बागमती र मधेश नेटरनरेटको कारण तेस्रो र चौथो स्थानमा रहेर बाहिरिएका थिए ।

वर्गिकृत डिस्प्ले

१ X ५ साइजमा मात्र

वर्गिकृत डिस्प्लेमा विज्ञापन दिनुहोस् व्यवसाय बढाउनुहोस् ।

सम्पर्कः ०७५-५२०६०१

कर्पोरेट/अर्थ समाचार

'ग्लोबल ग्रिन आवास कर्जा' योजना सार्वजनिक

पाल्पा, वैशाख १७/ग्लोबल आईएमई बैंकले "ग्लोबल ग्रिन आवास कर्जा" योजना ल्याएको छ । बैंकले ८.९९ प्रतिशत व्याजदरमा घर कर्जा योजना ल्याएको हो ।

उक्त कर्जा योजना अन्तर्गत ७ वर्षसम्मको कर्जा अवधिमा अधिकतम् १२ करोड रुपैयाँसम्म कर्जा लिन पाउने व्यवस्था रहेको बैंकले जनाएको छ । बैंकले वातावरणमैत्री गतिविधिहरूलाई उत्प्रेरित गर्ने उद्देश्यले बैंकले दिगो विकास लक्ष्य अनुरुप विभिन्न बैंकिङ सेवा तथा सुविधा प्रदान गर्दै आएको जनाएको छ । यस योजनाअन्तर्गत सहभागी हुने सेवाग्राहीलाई मोबाइल बैकिङ तथा क्रेडिट कार्ड समेत नि:शुल्क जारी गरिने बैंकले जारी गरेको प्रेस विज्ञप्तिमा उल्लेख छ । इको-फ्रेन्डली घर/भवन र अपार्टमेन्टहरूको निर्माण गर्न, पर्यावरण-मैत्री व्यक्तिगत घर वा आवासीय अपार्टमेन्ट तथा फ्ल्याटहरू खरिद गर्नका लागि उक्त कर्जा लिन सकिनेछ । वातावरणमैत्री उपायहरू अवलम्बन गर्ने क्रममा विद्यमान भवनहरूलाई पर्यावरणमैत्रीमा स्तरोन्नति तथा इको-फ्रेन्डली भवनहरूको मर्मतसम्भारका लागि समेत उक्त कर्जाको उपभोग गर्न सकिने बैंकले जनाएको छ ।

बैंकले आफ्ना ३ सय ५४ वटै शाखाहरु मार्फत वित्तीय साक्षरता तथा डिजिटल बैंकिङ प्रवर्द्धन कार्यक्रमहरु सञ्चालन गर्ने गरी अगाडि बढेको छ । कार्यक्रममा बचत, कर्जा, रेमिट्यान्स, डिजिटल बैंकिङ, बीमा, लगानी, अतिरिक्त बैंकिङ सेवाहरु, वित्तीय ठगी र वित्तीय अनुशासनसम्बन्धी विषयवस्तुमा जानकारी गराइएको छ । ग्लोबल आइएमई बैंक मुलुकका ७७ जिल्लामा शाखा सञ्जाल रहेको निजी क्षेत्रको पहिलो वाणिज्य बैंक हो । बैंकको ३ सय ५४ शाखा कार्यालय, ३ सय ७९ एटिएम, २ सय ७७ शाखा रहित बैंकिङ् सेवा, ६७ एक्सटेन्सन तथा राजश्व संकलन काउन्टर तथा ३ वटा बैदेशिक प्रतिनिधि कार्यालय समेत गरी १ हजार १ सय भन्दा बढि सेवा केन्द्र रहेका छन् ।

मनको आवाज............

'नाम पनि यूनिक, काम पनि यूनिक'

यूनिक एफ.एम. ९४.२ मेगाहर्ज

विज्ञापनको लागि सम्पर्क :
यूनिक शोसियल कम्युनिकेशन प्रा.लि.
तानसेन, पाल्पा
०७५-५२१४६४, ५२१४६६

E-mail
news.uniquefm@gmail.com
www.uniquefm942.com

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

कैलाशनगर मिडिया प्रा.लि.द्वारा प्रकाशित, कार्यालय:भगवतीटोल-३,तानसेन,पाल्पा,फोन:०७५-५२०६०१,E-mail:njdnews@gmail.com,jagdish_sfm@yahoo.com पा.जि.हु.द.नं. ५/२०७८/०७९, पा.जि.प्र.का.द.नं. १९/०५१/०५२ प्रबन्ध संचालक : इन्द्रा भट्टराई, सम्पादक:जगदीशप्रसाद भट्टराई