गलकोटपत्र

'स्थानीय सञ्चार, समुदायका लागि शक्ति र अवसर'

Galkotpatra Weekly — साप्ताहिक

○ वर्ष १६ ○ अङ्क ३१ ○ २०८३ असोज १९ गते सोमबार ○ नेपाल संवत ११४६ ○ 05 October 2026, Monday ○ पृष्ठ ६ ○ मूल्य रु. ८

बाढीले वडा कार्यालय बगायो

राम थापा/बागलुङ

आफ्नै कार्यसमयमा ठडिएको वडा कार्यालय भवन दरमखोलाको बाढीले बगाएपछि बागलुङको गलकोट नगरपालिका–९ का वडाध्यक्ष तेजबहादुर थापाको मन कुँडिएको छ ।

बुधबार साँझपख क्षतिग्रस्त भवनछेउ भेटिएका उनी चिन्तित थिए । दरमखोला किनारमा लडेको भवनतिर हेर्दै उनले भने, "मलाई मेरो दस मुरी धान फल्ने खेत बगेर केही फरक परेको छैन, त्यहाँ अहिले खोला हिंडेको छ, तर यो वडा भवनसँगै मेरो इतिहास पनि मेटिएकामा सारै दुःख लागेको छ ।" वडाध्यक्ष थापाको बाह्रमुरीमा रहेको धानखेत पनि गत आइतबार आएको बाढीका कारण बगरमा रुपान्तरण भएको छ ।

उनलाई आफ्नो निजी सम्पत्तिमा पुगेको क्षतिभन्दा वडा कार्यालय भवन ढलेकामा बढी पिरलो छ । स्थानीयवासी पनि वडाको 'गहना'का रुपमा रहेको वडा कार्यालय भवन बाढीमा बग्दा चिन्तित रहेको वडाध्यक्ष थापाले सुनाए । वडा कार्यालयका अभिलेखसहित केही महत्वपूर्ण सामग्री/उपकरण बचाउन सकिएपनि सबैको पहलमा बनेको भवनसहित सरकारी सम्पत्ति नास हुँदा दुःख लागेको उनको भनाइ छ ।

"अहिले पनि म राम्रोसँग निदाउन सकेको छैन, अझै पनि ढलेको

भवनभित्रबाट केही सामान झिक्न सकिन्छ कि भनेर यहाँ आइरहन्छु, मेरो मन–आत्मा त्यहीँ भवनमा छ", उनले भने ।

विसं २०७४ को स्थानीय तह चुनावमा थापा वडाध्यक्षमा निर्वाचित भएपछि उनी सहित स्थानीयवासीको विशेष पहल र नगरपालिकाको रु. ८० लाख बजेटबाट वडाको कार्यालय भवन निर्माण भएको थियो । दोस्रो कार्यालय पनि वडाध्यक्ष बनेका थापाले भवनलाई सुविधायुक्त बनाउन स्रोतसाधनको आवश्यक जोहो गरेका थिए ।

चिटिक्कको भवन छिनभरमै ढल्दा मन भारी भएको उनको भनाइ छ । वडाको बजेट र स्थानीयवासीको सहयोगबाट तीन रोपनी जग्गा खरिद गरी भवन बनाइएकामा अहिले नामोनिसान नरहने गरी भवन र जग्गा बाढीले बगाएको हो । भवनसँगै झण्डै १५ लाख रुपैयाँमा जडान गरिएको सौर्य उर्जामा पनि क्षति पुगेको वडाध्यक्ष थापाले बताए । नदीले कटानले भवनमा जोखिम बढ्दै गएपछि स्थानीयवासी मिलेर कम्प्युटर, ल्यापटप लगायत केही महत्वपूर्ण सामान भवनबाट झिक्न सफल भएका थिए ।

दरमखोलाको बहावले जमिन छिचोल्दै गएपछि आइतबार बेलुका ४ बजेतिर वडा भवन खोला किनारमा ढलेको थियो । जगैदेखि ढलेपनि भवनको

>>> बाँकी पृष्ठ ४ मा".

बाढी र हावाहुरीबाट क्षति

गलकोटपत्र/हटिया

असोज ९ देखि ११ गते सम्म परेको अविरल वर्षा तथा हावाहुरीका कारण गलकोट नगरपालिकाका विभिन्न क्षेत्रमा ठूलो क्षति पुगेको छ।

लगातारको वर्षापछि दरमखोलामा आएको बाढीका कारण वडा कार्यालय, झोलुङ्गे पुल, घर, गोठ तथा कृषि र पशुपालन संरचनामा क्षति पुगेको छ भने ठूलो क्षेत्रफलको खेतीयोग्य जमिन कटान भएको छ ।

गलकोट नगरपालिकाले नदिले खेतियोग्य जमिन कटान गरेको र हावाहुरीले छाना उडाएको बाहेक असोज ९ गतेदेखि ११ गतेसम्म परेको अविरल वर्षाका कारण घर, गोठ तथा व्यवसायमा पुगेको क्षतिको विवरण सार्वजनिक गरेको छ ।

विवरणअनुसार गलकोट नगरपालिका नगरपालिका–६ की यमकुमारी सुवेदीको दुईवटा घर खोलाले पुरिएर बस्न नसक्ने अवस्थामा पुगेका छन्

गलकोट नगरपालिका–५ का दल बहादुर घर्तीको घर तथा गोठमा क्षति पुग्नुका साथै दुई भैंसी र दुई भैंसीका पाडा मरेका छन् भने दुई रोपनी खेतको धानसमेत नष्ट भएको छ। सोही वडाका वीर बहादुर सुनारको घर खोलामा डुबेको र गुमा कार्कीको घरको पिल्लरसहित खोलामा रहेको नगरपालिकाको विवरणमा उल्लेख गरिएको छ। गलकोट नगरपालिका–९ की विष्णु कुमारी बलामीको घर तथा गोठ भत्किएको, केशव गौतमको घर खोलामा डुबेको र भेष बहादुर बलामीको घर पनि खोलामा डुबेको गलकोट नगरपालिकाका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत डम्बर बहादुर जि.सी.ले बताए ।

गलकोट नगरपालिका–४ का गंगा बहादुर वि.क. र विष्णु क्षेत्रीको घर पहिरोले ढुंगा माटोसहित आधा पुरिएको, गलकोट नगरपालिका ९ का चन्द्र बहादुर वि.क.को छेउको घर डुबेको, व्यवसायिकतर्फ गलकोट नगरपालिका–६ का रेशम गिरीको रोईला रेष्टुरेन्ट खोलाले पुरै तलबाट कोप्राएर बस्न नसक्ने अवस्थामा पुर्याएको, गलकोट–३ का होम बहादुर थापाले सञ्चालन गर्दै आईरहेको दरमखोला रेम्बो ट्राउट फर्मको खोलाले स्विमिङ पुल, गेटलगायतका संरचनामा क्षति पुऱ्याएको छ।

गलकोट नगरपालिका–९ का कृष्ण कँडेलको होटल जंगल हाउस एण्ड रेष्टुरेन्टमा खोलाले क्षति पुऱ्याएको तथा गलकोट नगरपालिका–९ कै प्रेम सुनुवारको ग्यारेजको संरचनासहित खेत बगाएको, गलकोट नगरपालिका–५ का जित बहादुर

>>> बाँकी पृष्ठ ४ मा".

कांग्रेसको क्षेत्रीय अधिवेशन

गलकोटपत्र/हटिया

नेपाली कांग्रेस बागलुङ निर्वाचन क्षेत्र नं. २ को क्षेत्रीय अधिवेशन गलकोट नगर पालिका वडा नं. ३ हटियामा सम्पन्न भएको छ ।

कार्यक्रममा बोल्दै पार्टीका केन्द्रिय सदस्य टेकराज पौडेलले टेकराज पौडेलले पार्टीलाई थप सुदृढ र जनमुखी बनाउन संगठनभित्र आपसी एकता, सहकार्य र सक्रियता आवश्यक रहेको बताउनुभयो । उहाँले अधिवेशनलाई नेतृत्व चयन गर्ने प्रक्रियाका रूपमा मात्र नभई पार्टी संगठनलाई थप मजबुत बनाउने अवसरका रूपमा लिनुपर्ने धारणा राखेका थिए ।

पौडेलले क्षेत्र नं. २ का जनताले भोग्दै आएका समस्या, अभाव र चुनौतीलाई प्राथमिकतामा राख्दै विकास र समृद्धिका सवालमा प्रभावकारी रूपमा अघि बढ्नुपर्ने बताए ।उक्त अवसरमा संघिय सांसद रेनुका काउचा, प्रदेश सांसद दोर्ण कुँवर, दिलमाया पौवीले शुभकामना मन्तव्य राखेका थिए ।

कार्यक्रम नेपाली कांग्रेस क्षेत्रीय सभापति जोकलाल बुढाको अध्यक्षता, उपसभापति तिलक घर्ती मगरको स्वागत र सहसचिव दिप कुँवरको सञ्चालनमा सम्पन्न भएको थियो ।

नेपाली कांग्रेस क्षेत्र नं २ को

>>> बाँकी पृष्ठ ६ मा".

बाढीपहिरो पीडितलाई राहत दिइने

गलकोटपत्र/हटिया

गलकोट नगरपालिकामा विपद् व्यवस्थापन समितिको बैठक बुधवार सम्पन्न भएको छ ।

बैठकमा गलकोट नगरपालिकामा गत असोज ९ गतेदेखि ११ गतेसम्म परेको अविरल वर्षाका कारण क्षतिग्रस्त घर तथा व्यवसायलाई राहत तथा सहयोग उपलब्ध गराइने भएको छ ।

स्थानीय विपद् व्यवस्थापन समितिको निर्णयअनुसार पूर्ण रूपमा क्षति भएका घरगोठका लागि प्रतिपरिवार रु.७० हजार रुपैयाँसम्म र घरमा पूर्ण क्षति भएका परिवारलाई रु.५० हजार रुपैयाँसम्म राहत उपलब्ध गराउने निर्णय गरिएको गलकोट नगरपालिकाका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत डम्बर बहादुर जिसिले बताए ।

पशु व्यवसायमा भएको क्षतिको मूल्याङ्कनका आधारमा रु.४० हजार रुपैयाँसम्म सहयोग उपलब्ध गराइने भएको छ भने, घरको छानो उडाएको अवस्थामा क्षतिको प्रकृति हेरी पूर्ण, आंशिक तथा सामान्य क्षतिका आधारमा रु.१० हजारदेखि रु.३० हजार रुपैयाँसम्म राहत उपलब्ध गराउने निर्णय गरिएको छ ।

बाढी तथा पहिरोका कारण बाली नालीमा भएको क्षतिको एकिन गरी आवश्यक सहयोग उपलब्ध गराउने निर्णय समेत गरिएको छ । नगरपालिकाले विपद्बाट प्रभावित परिवारको क्षतिको विवरण संकलन तथा मूल्याङ्कनका आधारमा राहत उपलब्ध गराउने जनाएको छ ।

बैठकमा गलकोट नगरपालिकाका ११ वटै वडाका वडा अध्यक्षहरुले बाढिपहिरो तथा हावाहुरीबाट आआफ्नो वडामा भएका क्षतीहरुको बारेमा जानकारी गराएका थिए

बैठकमा सहभागीहरूले राहत वितरणलाई निश्पक्ष, पारदर्शी र क्षतिको वास्तविक अवस्थाका आधारमा बनाउन सुझाव दिएका थिए । त्यस्तै उनीहरूले प्रभावित सबै परिवारको क्षतिको स्थलगत निरीक्षण तथा तथ्याङ्क संकलनलाई प्रभावकारी बनाउनुपर्ने, वास्तविक पीडित छुट्न नहुने र राहत वितरणमा कुनै प्रकारको विभेद हुन नहुने, तत्काल राहत

>>> बाँकी पृष्ठ ४ मा".

नेकपाको वडा अधिवेशन

गलकोटपत्र/हटिया

नेपाली कम्युनिष्ट पार्टी गलकोट नगरपालिका वडा नं. ७ को वडा अधिवेशन सम्पन्न भएको छ ।

कार्यक्रममा पार्टीका केन्द्रिय सदस्य तथा गलकोट नगर कमिटि सहईन्चार्ज चन्द्रदत्त रेग्मीले पार्टीको जनवर्गीय संगठनलाई चुस्तदुरुस्त बनाउँदै आगामी चुनावलाई लक्षित गरी अगाडि बढ्नुपर्ने बताए ।

उक्त अवसरमा पार्टीका केन्द्रिय सदस्य डिल बहादुर दर्जी, केन्द्रिय सदस्य शेर बहादुर खड्का, पार्टीका प्रदेश सदस्य तथा वडा नं. ७ का ईन्चार्ज अर्जुन चोखाल, गलकोट नगर संयोजक गंगा भुजेल, गलकोट नगर सदस्य पद्मा नेपालीले मन्तव्य राखेका थिए ।

अधिवेशनले ज्ञान बहादुर थापाको अध्यक्षतामा २१ सदस्यीय वडा कार्यसमिति गठन गरेको छ ।

कमिटीको उपाध्यक्षमा भिम बहादुर चोखाल, जमुना दर्जी, सचिवमा उपेन्द्र दर्जी, कोषाध्यक्षमा विष्णु बहादुर थापा, सहसचिवमा अमृत थापा रहेका छन । त्यसैगरी पार्टीका प्रदेश सदस्य तथा जिल्ला समन्वय समिति सदस्य हर्क पाण्डेले नवगठित वडा कमिटिलाई बधाई ज्ञापन गर्दै सफल कार्यकालको शुभकामना व्यक्त गरेका थिए ।

कार्यक्रम वडा नं. ७ का पार्टी संयोजक ज्ञान बहादुर थापाको अध्यक्षता, उपाध्यक्ष भिम बहादुर चोखोलको स्वागत र सचिव उपेन्द्र दर्जीको सञ्चालनमा सम्पन्न भएको थियो ।

गलकोट अफसेट प्रेस

उच्च गुणस्तरीय छपाई र उत्कृष्ट ग्राहक सेवाको लागि सदैव हामीलाई विश्वसनीय साथीको रुपमा सम्झनुहोस् ।

गलकोट नगरपालिका-३, क्याम्पसगेट, हटिया, बागलुङ

अफसेट छपाई | व्यानर छपाई | सेल्फ स्ट्याम | टाइपिङ, फोटोकपी | टी-शर्ट प्रिन्ट | लेमिनेसन | ग्राफिक्स डिजाइन

विवाह कार्ड छपाई गर्ने ठाँउ !

कार्यक्रमका प्रमाण-पत्र, व्याच, मायाको चिनो, फ्रेम, मेडल, ट्रफी, लगायत सम्पूर्ण सामाग्रिहरु पनि उपलब्ध छन् ।

प्रो. ज्ञान खड्का सागर

फो. ०६८-४१०७१, ९८५७६११३७१

नयाँ नेपाल निर्माणको लागि ग्रामीणमुखी पत्रकारिता

सम्पादकीय

सरोकारवालाको ध्यान जाओस्

भदौ ९ गतेदेखि ११ गतेसम्म परेको अविरल वर्षाका कारण गलकोटलगायत विभिन्न क्षेत्रमा बाढीपहिरो आएको छ। बाढीपहिरोका कारण मानवीय क्षतिसँगै घर, खेतबारी, सडक, पुल, खानेपानी तथा अन्य भौतिक संरचनामा ठूलो क्षति पुगेको छ। प्राकृतिक विपत्तिले धेरै परिवारलाई घरबारविहीन बनाउनुका साथै उनीहरूको दैनिकीसमेत कष्टकर बनाएको छ। यस्तो अवस्थामा पीडितको उद्धार, राहत तथा पुनर्स्थापनाका लागि सम्बन्धित सबै पक्षको तत्काल ध्यान जान आवश्यक छ। विपत्तिपछि केही सरकारी तथा गैरसरकारी निकाय र स्थानीय समुदायबाट उद्धार तथा राहतका प्रयास भए पनि त्यतिले मात्र पीडितको समस्या समाधान हुँदैन। घर तथा खेतीयोग्य जमिन गुमाएका परिवारलाई सुरक्षित आवासको व्यवस्था, खाद्यान्न, लत्ताकपडा, स्वास्थ्य सेवा तथा स्वच्छ खानेपानी उपलब्ध गराउनुपर्छ। साथै क्षतिग्रस्त सडक, पुल, विद्युत् तथा खानेपानीका संरचनाको शीघ्र पुनर्निर्माण गर्न आवश्यक छ।

बालबालिका, ज्येष्ठ नागरिक, अपाङ्गता भएका व्यक्ति तथा अन्य जोखिममा रहेका समुदायलाई विशेष प्राथमिकता दिनुपर्छ। पुनर्स्थापना र पुनर्निर्माणका काममा स्थानीय तह, प्रदेश तथा संघीय सरकारबीच प्रभावकारी समन्वय हुनुपर्छ। क्षतिको यथार्थ विवरण संकलन गरी आवश्यकताका आधारमा राहत तथा पुनर्निर्माणको बजेट विनियोजन गर्नुपर्छ। साथै भविष्यमा यस्ता विपत्तिबाट हुने क्षति न्यूनीकरण गर्न जोखिमयुक्त बस्तीको पहिचान, सुरक्षित स्थानमा स्थानान्तरण, नदी तथा खोलाको उचित व्यवस्थापन र पूर्वसूचना प्रणालीलाई प्रभावकारी बनाउनुपर्छ। प्राकृतिक विपत्तिलाई रोक्न नसकिए पनि त्यसबाट हुने क्षति कम गर्न सकिन्छ। अहिलेको प्राथमिकता दोषारोपणभन्दा पीडितको जीवन सामान्य अवस्थामा फर्काउनु हो। त्यसैले बाढीपहिरोबाट प्रभावित गलकोटलगायतका क्षेत्रका नागरिकको पुनर्स्थापना र पुनर्निर्माणका लागि सरकार, स्थानीय तह, राजनीतिक दल, सामाजिक संघसंस्था, निजी क्षेत्र तथा आम नागरिक सबैले आ–आफ्नो जिम्मेवारी पूरा गर्नुपर्छ। पीडितको दुःखलाई सम्बोधन गर्दै उनीहरूलाई सुरक्षित र सम्मानजनक जीवनमा फर्काउन सरोकारवालाको तत्काल र प्रभावकारी ध्यान जाओस्।

गलकोट नगरपालिकामा वडा कार्यालय, घर लगायत खेतीयोग्य जमिनमा व्यापक क्षति भएको छ । विपत्तिको समयमा स्थानीयवासीले आफ्नै स्रोत–साधन र आपसी सहयोगमा उद्धार तथा राहतका काम अघि बढाएका छन्। तर ठूलो क्षति व्यहोरेका परिवारलाई तत्कालीन राहतले मात्र पुग्दैन। घरबार गुमाएका तथा विस्थापित परिवारका लागि सुरक्षित आवास, खाद्यान्न, स्वास्थ्य सेवा र खानेपानीको व्यवस्था गर्नुपर्ने देखिन्छ। क्षतिग्रस्त सडक, पुल, विद्युत् र खानेपानीका संरचनाको पुनर्निर्माणमा पनि विशेष प्राथमिकता आवश्यक छ ।

मिति २०८३ भदौ १२ गते प्रकाशित हुनु पर्ने गलकोटपत्र साप्ताहिक २०८३ भदौ ९ गतेदेखि ११ गतेसम्म परेको अविरल वर्षाका कारण बाढी पहिरोले विद्युत आपूर्ति प्रभावित भई प्रकाशन हुन नसकेकोले ग्राहक तथा पाठकहरूमा पर्न गएको असुविधाप्रति क्षमा प्राथी छौ । सम्पादक

महत्वपूर्ण टेलिफोन नम्बरहरु

बागलुङ जिल्ला कोड नं. ०६८

जिल्ला प्रशासन्: ५२०१३३/५२०२३३
प्रहरी :- ५२०१९९/५२०२१९/१००
धौ.अ.प्र.का.- ५२०१९३/५२०१०९/५२०३०१
जिल्ला ट्राफिक प्रहरी :- ५२०३९९
बागलुङ कारगार:- ५२०२६७
नेपाली सेना :- ५२०२००
अञ्चल अस्पताल :- ५२०२८८/५२०१८८
रक्त सञ्चार केन्द्र :- ५२०२७३
नेपाल रेडक्रस सोसाईटी:- ५२०१६९
आँखा असपताल :- ५२०१३७
जि.स.स.:- ५२०१४४/५२०१४८/५२०४०५
विद्युत प्राधिकरण :- ५२०२२०/५२०१७७
बस टिकट काउण्टर-चिप्लेटी) :- ५२११३२
जीप टिकट काउण्टर :- ५२११४०
दुरससञ्चार:- ५२०१११/५२०२२२/५२०२४४
डि.सहकारी का. :- ५२०३०२
ई.प्र.का. हरिचौर :- ४११०५५
ई.प्र.का. तारा :-९८५१०००७५८
हटिया प्रहरी चौकी :- ९८५७६९०१५८
नरेठाँटी प्रहरी चौकी: ९८०८४६३६०४
ग.प्रा.स्वा.के. हरिचौर :- ४११०८८
गलकोट एफ.एम.:- ४१२०४३
जिप काउण्टर हटिया:- ४१२०८८
जिप काउण्टर हरिचौर:- ४११०३६
बस काउण्टर हटिया:- ४१२०५५

गलकोट नगरपालिका:-
प्रमुख:- ९८५७६४०७५१
उप-प्रमुख:- ९८५७६२०८८४
गलकोट नगरपालिका वार्ड अध्यक्षहरु:-
वार्ड नं.१:- ९८५७६४८८८१
वार्ड नं.२:- ९८५७६२७२२२
वार्ड नं.३ :- ९८४७६६२९११
वार्ड नं.४:- ९८५७६४०८४६
वार्ड नं.५:- ९८४७७२०६६५
वार्ड नं.६:- ९८६१२९६३६५
वार्ड नं.७:- ९८५७६२२९२१
वाड नं.८:- ९८५७६२१११४
वार्ड नं.९:- ९८५७६२२८४२
वार्ड नं.१०:- ९८५७६२२१०८
वार्ड नं.११:- ९८५७६२९११५
प्रमुख प्र. अधिकृत:- ९८५७६४८१११
ताराखोला गाउँ पालिका
अध्यक्ष:- ९८५७६२३५०१
उपाध्यक्ष:- ९८४७६६५१६०
ताराखोला गाउँपालिका वार्ड अध्यक्षहरु:-
वार्ड नं.१:- ९८५७६६११२१
वार्ड नं.२:- ९८५७६६११२२
वार्ड नं.३ :- ९८५७६६११२३
वार्ड नं.४:- ९८५७६६११२४
वार्ड नं.५:- ९८५७६६११२५
प्रमुख प्र. अधिकृत:- ९८५७६६११११

सोह्रश्राद्ध महिमा

✍ अच्युतप्रसाद पौडेल 'चिन्तन'

यसपालिको सोह्रश्राद्ध आज असोज ११ गतेदेखि सुरु भई २४ गते समापन हुँदै छ । ठुलो चाड दसैं मनाउनुपूर्व पितृलाई यथाशक्य तृप्त गराउनुपर्ने शास्त्रीय मान्यता छ । परिवारदेखि पूरै ब्रह्माण्ड हाम्रो घरपरिवार हो । महाभारतको कथन छः सत्यं माता पिता ज्ञानं धर्मो भ्राता दया सखा । शान्तिः पत्नी क्षमा पुत्रः षडैते मम बान्धवा ।। अर्थात् माता सत्य हुन्, पिता ज्ञान हुन्, दाजुभाइ दया हुन्, पत्नी शान्ति हुन्, छोराछोरी क्षमा हुन्, यी छ थरी मेरा बन्धु हुन् । माता, मामा– मर्त्यलोकका मालिक, भूलोकका स्वामी, आचार्य, गुरु, पुरोहित– ब्रह्मलोकका मालिक, पिता– प्रजापति लोकका मालिक, अतिथि, पाहुना– लोकालोकका मालिक, ज्वाइँ, भिनाजु– अप्सरा लोकका मालिक, बन्धुवान्धव, सम्धी, कुटुम्ब– देवलोकका मालिक, बालक, वृद्ध, रोगी, असहाय, अशक्त– आकाश लोकका मालिक, वैद्य, चिकित्सक– अश्विनीकुमार लोकका मालिक, भाइ– वसुलोकका मालिक, दाजु– पितृलोकका मालिक, पत्नी– वायुलोककी ईश्वरी, छोरी– अप्सरालोककी ईश्वरी, पति, पत्नी, पुत्र– स्वशरीर हुन् । अतः जीवित रहँदा सबैप्रतिको प्यार र मृत्युमा सबैप्रतिको स्मरण अनि सके सधैं तर्पणादि कर्म र नसके तिथि विशेषमा या सोह्रश्राद्ध पितृपक्षमा भने सबैलाई जल तर्पण र पिण्डदान गर्नुपर्ने शास्त्रीय मान्यता छ । परिवार, समूह, समाज, राष्ट्र, ब्रह्माण्डप्रति वैरभाव गर्नु हुन्न गरेमा सबैतिर अशान्ति, कलह, सङ्कट हुन्छ, आज हामी जलवायु सङ्कटमा रहेका छौँ । विश्व नै तड्पिरहेको अवस्था छ ।

आश्विन कृष्ण पितृपक्ष हो । सोह्रश्राद्धका नामले परिचित छ, २१ गते मघायुक्त श्राद्ध परेको छ । शास्त्रले मघायां पिण्ड दानेन ज्येष्ठ पुत्रो हनिष्यति भनेको छ । अर्थात् मघामा पिण्डदान गर्नाले जेठो छोरालाई हानि हुन्छ । छोरा हुनेका लागि मघा तिथिको साटो अन्य तिथि खोजी श्राद्ध गरिन्छ, औँसी, एकादशीमा गरिन्छ

पूर्णिमा तिथिको भने द्वादशी, पञ्चमी, औँसीमा गरिन्छ । चतुर्दशी तिथिमा शस्त्रादिबाट हताहत भएकाहरूका नाममा मात्र श्राद्ध गरिन्छ, यो तिथिको श्राद्ध अन्य तिथिमा गर्नु पर्छ । श्राद्ध श्रद्धा हो, श्रद्धाया दीयते दानं भन्ने अर्थमा । आफ्ना दिवङ्गत पितृको उद्धार, उनीहरूप्रतिको समर्पण र दयाभाव हो । पितृहरू ८४ लाखमध्ये कुनै न कुनै योनिमा रहेका हुन्छन् भनेको छ शास्त्रले । सन्ततिले दिएका खाना उनीहरूले देह धारण गरे अनुरूप तत् तत् योनिका खानास्वरूप प्राप्त गर्छन् । देवता भए अमृतकै रूपमा र अरू भए रूप अनुसार । पुं नाम नरकात् त्रायते इति पुत्रः अर्थात् पुं नामक नर्कबाट तार्नेको नाम पुत्र भएकाले उसको कर्तव्य बढी हुन्छ । लालनपालन र कर्मका खातिर बुवाआमाले गरेको प्रयास र सो ऋणबाट चुक्ता हुने उत्तम साधन भनेको वर्षभरि मृत पितृका नाममा गरिने तर्पण नै हो, पिण्डदान नै हो । शास्त्रीय प्रमाण खास गरी ब्रह्मपुराण, नारदपुराण, भविष्यपुराण, हेमाद्री, मनुस्मृति, याज्ञवल्क्य आदि र अन्यसंहिता हेर्दा तर्पण हरेक दिन गर्नु पर्छ तर तिथिका दिन मात्रै गर्ने चलन छ, सक्नेले नित्य स्नानपछि गर्छन् । प्रेत भएकाले पानी पाउने भनेको नुहाएको कपडाले हो । श्राद्धमा प्रेत भएका कोही छौँ भने यो जल पाऊँ भनेर कपडाको साटो जनै अपसव्य गरेर त्यसैलाई निचोरेर पानी दिने गरिन्छ र श्राद्धको काम नसकी अरूले पनि कपडा धुन्नन्, भित्री कपडा पनि यसै राखिरहन्छन्, स्नानपछि । पिण्डदानअगाडि वा पछाडि तर्पण गरिन्छ । जौ, तिल कुशले प्रतीज्ञा गरी दुधसहित जलदान गर्ने काम नै तर्पण हो । यसमा सर्वप्रथम ब्रह्मादि तीन देवतालाई जनै सव्यले जलदान गरिन्छ । पूर्व फर्केर प्रजापति, देवता, ऋषि, गन्धर्व, देवी, अप्सरा, नाग, यक्ष, पिशाच, भुत, पशु, मनुष्य, वनस्पति, औषधी, अत्रि, मरीचि, अत्रि आदि ऋषिहरू, भृगु, वशिष्ठ आदिलाई तिल कुशले जलदान गरिन्छ । त्यसपछि जनैलाई माला लगाएर दुई/दुई पटक सप्तमनुष्य र पितृलाई जलदान गरिन्छ । पछि अपसव्य भएर खगौतोबाट मोटक, तिलसहित दिव्य पितृलाई तर्पण गरिन्छ । त्यसपछि आफ्ना पिता पुर्खा, मावली, बन्धुवान्धवलगायत दिवङ्गत सबै पितृलाई तर्पण गरिन्छ । सन्तति नभएर पिण्ड पानी नपाउनेका लागि भने जनै वा कपडा पानीमा चोपेर दिने हो ।

पितृपक्षमा एकोद्दिष्ट पर्न गए एकापार्वणका रूपमा श्राद्ध गरिन्छ भने देवब्राह्मण र पितृब्राह्मण स्थापना गरी एकोद्दिष्ट श्राद्ध एकापार्वणको विधिले गरिन्छ । देव भक्ति र पितृ भक्तिमा फरक छ, पितरः वाक्यमिच्छन्ति भावमिच्छन्ति देवता भन्ने अर्थमा देवता भावका भोका, पितृ भने वचन, विभक्ति कारक र श्रद्धाका भोका हुन्छन्, वाक्य शुद्धि भएन भने दिएको वस्तु तिनले पाउँदैनन्, त्यसर्थ श्राद्ध गराउने व्यक्ति विषयविज्ञ र व्याकरण जानेको हुनु पर्छ । एकोद्दिष्ट श्राद्ध मध्याह्न कालमा गरिन्छ र सोह्र श्राद्ध अपराह्नव्यापी हुन्छ । एकै ब्राह्मणले धेरै वटा श्राद्ध गर्नु शास्त्र निषेध कर्म हो । गृहस्थीका लागि श्राद्ध अनिवार्य छ, कुनै बहानामा गरेन भने पितृ निराश भई श्राप दिएर फर्कन्छन् भनेको छ शास्त्रले, यहाँसम्म कि सन्ततिको रगत नै लिइदिन्छन् भनेको छ । सन्ततिले दिएको जल पिण्डदानले उनीहरूले आफू तृप्त हुने हो । पिण्डले देह निर्माण हुन्छ भने अन्य वस्तुले खाना प्राप्त गर्छन् । हाम्रो ३६५ दिन तिनको एक दिन हुने भएकाले यहाँ दिइएका सामान उनीहरूले नित्य पाएसरह हुन्छ । आफू तृप्त भएपछि तिनले धन, कीर्ति, सुख, भोग, यश, सम्मानलगायत आत्मोन्नति एवं सन्ततिको आचरण, व्यवहार शुद्धि, मर्यादापालन, नैतिकता एवं आफूप्रति उनीहरूले भविष्यसम्म गर्ने विधि व्यवहारको आशीर्वाद पनि दिन्छन् । तीर्थमा जौको पिण्ड दिइन्छ, आफ्नो स्वामित्व क्षेत्रमा बसेर श्राद्ध गर्दा पितृ खुसी हुन्छन्, सकेसम्म अन्तरिक्ष नपर्ने गरी पिण्डदान गर्नु पर्छ । श्राद्धकर्ताको भएसम्म पत्नीको हातबाट तयार गरिएको पिण्डदानले पितृ खुसी हुने हुन्छन्, वनवासको समय रामले सीताबाट तयार गरिएको बालुवाको पिण्डले पिता दशरथले अमृतस्वरूप पाएको प्रसङ्ग छ शास्त्रमा । त्यसैले कुलाचार अनुसार विवाह गरेर सन्तति प्राप्त गर्नु पर्छ ।

दिवङ्गत सबै पितृको उद्देश्य राखेर पिण्डदान गर्ने पर्व सोर्ह श्राद्ध हो । सूर्य कन्या राशिमा प्रवेश गर्दा यो पर्व हुन्छ भने कन्या राशिमा सूर्य सरेका बखत दिवङ्गत पितृलाई पिण्डदान नगर्ने पुत्र पापी हुन्, कृतघ्न हुन् भनिएको छ । सूर्ये कन्यागते श्राद्धं यो न कूर्यात् गृहाश्रमी । धनपुत्राःकुतस्तस्य पितृनिश्वास पीडनात्, भन्ने अर्थमा गृहस्थी भएर आश्विनको पितृपक्षमा श्राद्ध अनिवार्य भएको हो । श्राद्ध नगरी घरमा जमरा राख्नु नहुने र पितृपक्षमा सबै दिन चोखो खाने र देव पूजा गर्दा पनि घरमा शङ्ख घण्ट बजाउनु हुन्न । १५ दिनको पक्षभित्र जहिले श्राद्ध गरे पनि हुन्छ किन्तु बुवाको या नसके बाजेको तिथिमा राम्रो हुन्छ । सूतक, जुठो वा असर्धो समय परे एकादशी या औँसीमा गरिन्छ । १५ दिनभित्र गर्न नसकिए, लक्ष्मीपूजाको औँसीमा गरिन्छ । यसमा खास गरी स्वाहा स्वधा दुवैको आवाहन गरिन्छ । देव, पितृऋषि स्थापना गरी स्वाहा र स्वधा मन्त्रले पूजा गरिन्छ । एकातिर जनै सव्य गरेर साहिली औँलाले पूजा गरिन्छ भने अर्कोतिर अपसव्य, चोरी औँलाले पूजा गरिन्छ । दिवङ्गत सबैका लागि पिण्ड दिइन्छ, कसैले १६ वटा पिण्ड दिन्छन्, कसैको बढी पनि हुन्छ, कसैले छ वटा मात्र दिन्छन् । विभक्ति प्रयोग गर्दा आसनका लागि षष्ठी, आवाहनमा द्वितीया, अन्नदानमा चतुर्थी विभक्ति प्रयोग हुन्छ । हेमाद्रीले भनेको छ, पितृश्राद्धको दिन पिण्डदान नभएसम्म हवन, योगी अन्नदान, देवपूजा, ब्रह्मचारी, तपस्वी कुनै दानको काम गरिन्न । स्वलक्ष्यमा हुन्छन् पितृ, त्यो लक्ष्य पूरा नभएसम्म अन्य कर्म निषेध छ । पत्नी रजस्वला भए पिण्डदान (पार्वण) गर्न नहुने, पतीत व्यक्तिलाई आमन्त्रण गर्नु नहुने, अन्य गोत्रजलाई पनि खासमा प्रसाद निषेध गरिएको, बन्धुवान्धव, इष्टमित्र, ज्वाइँ, भान्जा, असल पुरोहित आदि आमन्त्रण गरिएर गरिने यो पर्वमा धुमधाम बाजागाजा भिडभाड ठुलो स्वर गर्नु हुन्न । श्राद्धमा तुलसी, भृङ्गराज, सयपत्री, अगस्त्यपुष्प ग्राह्य छन्, केतकी, करवीर, वकुल, कुन्दक र रातो अन्य फूल निषेध छ । श्राद्धमा प्रयोग हुने वस्तु अघिपछि प्रयोग नभएका, चोखो वस्तु तयार गर्नु पर्छ, दुध, घिउ, तिल आदि नभई नहुने, आसनी चोखो चाहिने, खड्गपात्र, नेपाली उनबाट बनेका कम्बल विशेष प्रिय हुने, कुश, चाँदी, तामाका भाँडा अनिवार्य छ ।

शाभार: गोरखापत्र

जनहित कला केन्द्रको अधिवेशन

गलकोटपत्र/हपटया

जनहित कला केन्द्र गलकोट नगरपालिका वडा नं. ७ मल्मको ११ औँ साधारण सभा तथा चौँथो अधिवेशन सम्पन्न भएको छ ।

कार्यक्रममा संस्थाका सल्लाहकार सदस्य ज्ञान बहादुर थापाले आर्थिक वर्ष २०८२/०८३ को प्रगति प्रतिवेदन र कोषाध्यक्ष तारा थापाले आर्थिक प्रतिवेदन प्रस्तुत गरेका थिए । उक्त अवसरमा गलकोट नगरपालिका वडा नं. ७ का वडा अध्यक्ष राज बहादुर थापा, राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टी वडा नं. ७ का सभापति गंग बहादुर खड्का, नेकपा एमाले गलकोट नगरपालिका ७ का अध्यक्ष होम बहादुर बस्नेत, भक्त बहादुर बि.क ले शुभकामना मन्तव्य राखेका थिए । चौँथो अधिवेशनले सरोज थापाको अध्यक्षतामा ११ सदस्यीय कार्यसमिति गठन गरिएको छ । त्यस्तै ज्ञान बहादुर थापाको संयोजकत्वमा १३ सदस्यीय सल्लाहकार समिति, केहरसिंह थापाको संयोजकत्वमा ३ सदस्यीय लेखा समिति, फमकुमारी थापाको संयोजकत्वमा ६ सदस्यीय खेलकुद समिति र केहरसिंह दर्जिको संयोजकत्वमा ५ सदस्यीय सांस्कृतिक समिति गठन गरिएको छ ।

कार्यक्रम जनहित कला केन्द्रका अध्यक्ष ईश्वर थापा (भरत) को अध्यक्षता, वयोवृद्ध कर्ण बहादुर बि.क को प्रमुख आतिथ्यता, सल्लाहकार लोक बहादुर थापाको स्वागत र ज्ञान बहादुर थापाको सञ्चालनमा सम्पन्न भएको थियो

जलवायु मुद्दामा हरित स्वच्छ ऊर्जा

✍ कृष्णप्रसाद भण्डारी

नेपालजस्तो अल्पविकसित तथा हिमाली देशमा जलवायु परिवर्तनको असर अझ गहिरो छ। नेपालले विश्वव्यापी कार्बन उत्सर्जनमा ०.०२७ प्रतिशत मात्रै योगदान गरे पनि जलवायु परिवर्तनका गम्भीर चुनौतीको सामना गरिरहेको छ। हिउँ पग्लिने क्रम, अनियमित वर्षा, बाढी–पहिरो र अत्यधिक तापक्रमका कारण नेपालको कृषि, जलस्रोत, जंगल, जैविक विविधता, स्वास्थ्य, पर्यटन र पूर्वाधारमा नकारात्मक प्रभाव परिरहेको छ। यही वर्ष नेपालले प्राकृतिक विपत्ति भोग्यो। सडक तथा जलविद्युत्लगायतका ठूला पूर्वाधारमा ठूलो क्षति पुगेको छ र क्षति पुग्ने क्रम अझै जारी छ। त्यसैले नेपालको सन्दर्भमा जलवायु परिवर्तनको बहसलाई हरित स्वच्छ उर्जा र स्वच्छ हिमालसँग जोड्न अपरिहार्य छ।

हिमालको पीडा बुझ्नुपर्ने बेला : केही वर्षपहिले राष्ट्रसंघका महासचिव एन्टोनियो गुटेरेसले कोप–२८ को संघारमा नेपाल भ्रमण गर्नुभएको थियो। उहाँ सोलुखुम्बुको स्याङ्बोचे पुग्नुभयो र हिमनदीमा परेको प्रभावबारे स्थानीय समुदायसँग संवाद गर्नुभयो। हिमालयका हिमनदी पग्लिँदै गएको, त्यसले नदीको प्रवाहमा असर पारिरहेको र सम्पूर्ण समुदायलाई जोखिममा पारिरहेको उहाँको भनाइ थियो। जलवायु परिवर्तनका कारण नेपालले पछिल्लो ३० वर्षमा लगभग एकतिहाइ हिउँ गुमाएको उहाँले बताउनु भएको प्रसंग पनि नेपालले गम्भीरतापूर्वक लिनुपर्छ। गुटेरेसले विश्वलाई जलवायु परिवर्तनबाट हुने क्षति रोक्न आह्वान गर्दै हिमालय क्षेत्रको संरक्षणका लागि तत्काल कदम चाल्न आग्रह गर्नुभएको थियो।

हिमाल– पानी र स्वच्छ ऊर्जाको भण्डार : हाम्रा हिमाली शृंखला केवल हिमाल होइनन्। यी पिउने पानी र स्वच्छ ऊर्जाका स्रोत हुन्। हाम्रो प्रस्तुतिमा उल्लेख गरिएको तथ्यअनुसार ६ सय हिमाली चुचुराबाट करिब ६ हजार खोलानाला तथा तालतलैयाको उत्पत्ति भएका छन्। हिमालबाट निस्कने हिमनदीकै कारण स्वच्छ जलविद्युत् उत्पादन भइरहेको छ। हरित हाइड्रोजनको मुख्य स्रोत पनि पानी र बिजुली हो। त्यसैले हिमालको संरक्षणलाई जलस्रोत, उर्जा सुरक्षा र भविष्यको स्वच्छ ऊर्जा अर्थतन्त्रसँग अलग गरेर हेर्न सकिँदैन। तर हिमालमाथि दबाब बढिरहेको छ। औद्योगिक प्रदूषण, पर्यटकीय गतिविधि तथा पर्वतारोहणको चापले हिमाली वातावरणमा असर परिरहेको छ।

हिमाल आरोहण– पुनर्विचार गर्नुपर्ने विषय : हिमाल आरोहण गर्न ४२ देशका आरोही नेपालमा अनुमति लिन आउने गरेको तथ्य हाम्रो प्रस्तुतिमा उल्लेख छ। नेपालसहित अन्य विकासशील मुलुकका आरोहीमध्ये अमेरिकी र चिनियाँ नागरिकको संख्या धेरै रहेको विषय पनि सन्दर्भका रूपमा राखिएको छ। हामीले अब प्रश्न गर्नुपर्छ– हिमाललाई कति हदसम्म पर्यटनका लागि प्रयोग गर्ने ? हिमालको संवेदनशीलता र वातावरणीय वहन क्षमता कति हो ? हिमालमा पुग्ने पर्यटकको संख्या बढाउँदै जाने कि यसको सीमा निर्धारण गर्ने ? नेपालले जलवायु परिवर्तनको मुद्दालाई उदाहरणीय रूपमा समर्थन गर्ने हो भने हिमाल आरोहणका विषयमा समेत गम्भीर पुनर्विचार गर्नुपर्ने हाम्रो धारणा हो। हिमाल पग्लिँदा पानी, कृषि, ऊर्जा, बस्ती र पूर्वाधारमा पर्ने दीर्घकालीन क्षतिको मूल्य कति हुन्छ भन्ने अर्को र अझ गम्भीर प्रश्न हो।

इसिमोड र हाम्रो अनुसन्धान : नेपालमा एकीकृत हिन्दकुश हिमालय क्षेत्रको विकास तथा अध्ययनका लागि इसिमोडको केन्द्रीय कार्यालय पाँच दशकदेखि काम गरिरहेको छ। हिमालको अध्ययन–अनुसन्धानका क्षेत्रमा यति लामो समयदेखि काम भइरहँदा त्यसबाट नेपालले के उपलब्धि हासिल गर्‍यो भन्ने प्रश्न पनि उठ्छ। हामीले अनुसन्धानलाई केवल प्रतिवेदन तयार गर्ने कामका रूपमा सीमित गर्नु हुँदैन। हिमालको अवस्था, हिमनदीको परिवर्तन, जलस्रोतमा त्यसको प्रभाव, जलविद्युत् उत्पादनमा पर्ने असर र स्थानीय समुदायको जोखिमबारे प्राप्त ज्ञानलाई नीति निर्माणसँग जोड्नुपर्छ। हाम्रो जलवायु कूटनीति पनि तथ्य, अनुसन्धान र प्रमाणमा आधारित हुनुपर्छ। बैज्ञानिक कारणमात्र हुन सक्दैन, तापक्रमबाट हिउँ क्षयीकरण हुनु भनेको मानव सिर्जित त्रुटिबाट हुनु पनि हो।

जलवायु परिवर्तनको मारमा स्वच्छ ऊर्जा : जलवायु परिवर्तनको मारमा स्वच्छ ऊर्जा क्षेत्रसमेत परेको छ। जलवायु परिवर्तनका कारण खोला–नालामा पानीको सतह घट्दै जाँदा जलविद्युत् आयोजनाले पूर्वनिर्धारित तालिकाअनुसार विद्युत् उत्पादन गर्न नसक्ने अवस्था आएको छ। १० मेगावाटसम्मका स्वच्छ ऊर्जा आयोजनाका लागि जलवायुका कारण हुने हाइड्रोलोजिकल पेनाल्टी मिनाहा गरिएको भए पनि १० मेगावाटभन्दा माथिका आयोजनामा समेत यस्तै समस्या छ। जलवायु परिवर्तनका कारण सिर्जित समस्यालाई बुझेर हानि–नोक्सानीको क्षतिपूर्ति पाउनु हाम्रो नैसर्गिक अधिकारभित्र पर्छ। गम्भीर प्रश्न छ– जलवायु परिवर्तन न्यूनीकरणमा योगदान गरिरहेको जलविद्युत् क्षेत्र आफैं जलवायु परिवर्तनको असरबाट उत्पादनमा प्रभावित भइरहेको छ भने त्यसको जोखिम कसले वहन गर्ने ? जलविद्युत् र कार्बन क्रेडिट : स्वच्छ जलविद्युत्ले एकातिर जीवाश्म इन्धनमा आधारित 'डर्टी इनर्जी'को प्रयोग घटाउँछ भने अर्कोतिर कार्बन उत्सर्जन न्यूनीकरणमा योगदान गर्छ। त्यसैले, स्वच्छ जलविद्युत् उत्पादनबाट भएको कार्बन उत्सर्जन न्यूनीकरणको लाभ नेपालले पाउनुपर्छ। नेपालका निजी क्षेत्रका जलविद्युत् उद्यमीले कार्बन उत्सर्जन न्यूनीकरण गरेबापत कार्बन क्रेडिटबाट प्राप्त हुने रकममा लाभ पाउनुपर्ने हाम्रो स्पष्ट धारणा हो। जलवायु वित्त कोषबाट हरित ऊर्जाका लागि पहिलो प्राथमिकता दिनुपर्छ। आज विश्वको ध्यान नेपालको स्वच्छ तथा हरित ऊर्जा विकासतर्फ केन्द्रित भइरहेको छ। यदि नेपालले जलविद्युत्लाई केवल विद्युत् बिक्रीको वस्तुका रूपमा मात्र हेर्ने हो भने ठूलो अवसर गुमाउनेछौं।

वन संरक्षण र ऊर्जा आयोजना : हरित तथा स्वच्छ ऊर्जा उत्पादन गर्दा एकातिर जीवाश्म ऊर्जाको प्रयोग घट्छ भने अर्कोतिर वन विनाशमा समेत कमी ल्याउन सकिन्छ। ऊर्जा आयोजनाका लागि एउटा रुख काट्दा १० वटा रुख रोप्ने प्रावधानले वन क्षेत्र बढाउनसमेत सहयोग गर्ने हाम्रो धारणा छ। तर राष्ट्रिय निकुञ्जभित्र ऊर्जा आयोजना निर्माण गर्न स्वीकृति लिन ठूलो समस्या छ। एकातिर विद्युत् विकास विभागले अनुमतिपत्र दिने र अर्कोतिर निकुञ्जले आयोजना रोक्ने अवस्था छ भने यस्तो द्वन्द्व समाधान गर्न सम्बन्धित निकायबीच प्रभावकारी समन्वय आवश्यक छ। ऊर्जा विकास र वातावरण संरक्षणलाई एकअर्काको विरोधीका रूपमा होइन, दुवैलाई सँगसँगै अघि बढाउने प्रणाली आवश्यक छ।

स्वैच्छिक कार्बन बजारमा नेपालको सम्भावना : नेपालले सन् २०४५ भित्र खुद शून्य कार्बन उत्सर्जनको लक्ष्य हासिल गर्ने प्रतिबद्धता जनाएको छ। यसका लागि ऊर्जामा निजी क्षेत्रको लगानी आकर्षित गर्न सहुलियतका कार्यक्रम ल्याउनुपर्छ। ऊर्जा आयोजनाले हरितगृह ग्यास उत्सर्जन कम गर्न सहयोग गर्ने भएकाले ऊर्जा उत्पादक कम्पनीलाई स्वैच्छिक कार्बन बजारमा कार्बन बिक्री गर्न प्रोत्साहन गर्ने व्यवस्था भइसकेको छ। यसलाई प्रभावकारी रूपमा कार्यान्वयन गर्न सकियो भने स्वच्छ ऊर्जा विकासमा निजी क्षेत्रको लगानी थप आकर्षित गर्न सकिन्छ।

जलवायु न्यायमा नेपालको अधिकार : जलवायु परिवर्तनका मुद्दामा नेपालले अन्तर्राष्ट्रिय मञ्चमा सक्रिय सहभागिता जनाउँदै जलवायु न्यायको माग गर्नुपर्ने अवस्था छ। कार्बन उत्सर्जनमा कम योगदान गर्ने तर जलवायु परिवर्तनको अत्यधिक असर बेहोर्ने राष्ट्रका रूपमा नेपालले जलवायु क्षतिपूर्ति र सहयोगका लागि उच्च प्रदूषक राष्ट्रसँग तत्काल वार्ता गर्नुपर्छ। हामीले आफ्ना कुरा भावनाका आधारमा मात्र होइन, तथ्यांकका आधारमा राख्नुपर्छ। जलवायु परिवर्तनको असर प्रमाणित गर्न प्रासंगिक तथ्यांक संकलन, अनुसन्धान र अध्ययनलाई प्राथमिकता दिनुपर्छ। अन्तर्राष्ट्रिय समुदायलाई नेपालको संवेदनशीलताबारे विश्वस्त पार्ने सबैभन्दा बलियो आधार तथ्यगत तथ्यांक नै प्रमाण नै हो। दुर्भाग्यवश, नेपालले अनुसन्धानमा पर्याप्त रकम खर्च गरेको देखिँदैन।

नेपालजस्तो अल्पविकसित तथा हिमाली देशमा जलवायु परिवर्तनको असर अझ गहिरो छ। हिउँ पग्लिने क्रम, अनियमित वर्षा, बाढी–पहिरो र अत्यधिक तापक्रमका कारण नेपालको कृषि, जलस्रोत, जंगल, जैविक विविधता, स्वास्थ्य, पर्यटन र पूर्वाधारमा नकारात्मक प्रभाव परिरहेको छ।

भारत र चीनसँग सहकार्य : बढ्दो तापक्रम र जलवायु परिवर्तन न्यूनीकरणका लागि नेपालले छिमेकी भारत र चीनसँग एकीकृत सहकार्य गर्न आवश्यक छ। माथिल्लो तटीय क्षेत्रमा निर्माण हुने ठूला जलविद्युत् पूर्वाधारमा प्राकृतिक विपत्ति आएमा तल्लो तटीय क्षेत्रमा ठूलो जनसंख्या प्रभावित हुन सक्छ। त्यसैले यस्ता आयोजनाको वातावरणीय प्रभाव मूल्यांकन निष्पक्ष निकायबाट र आवश्यकताअनुसार दुवै देशको सहकार्यमा गरिनुपर्छ। ठूला छिमेकीको औद्योगिक विकास र निर्माणबाट उत्पन्न हुने कार्बन प्रभावका बारेमा पनि नेपालले आफ्नो धारणा स्पष्ट रूपमा राख्न सक्नुपर्छ। भूराजनीतिक संवेदनशीलता आफ्नै ठाउँमा छ, तर जलवायु परिवर्तनले सीमाना हेर्दैन।

विकासशील राष्ट्रको आवाज बलियो बनाउनुपर्छ : नेपालले विकासशील राष्ट्रका साझा मुद्दालाई उजागर गर्दै जलवायु परिवर्तनसँग जुध्न दिगो, साझा र एकीकृत प्रयासको प्रवर्द्धन गर्नुपर्छ। यसले जलवायु न्यायका लागि विकासशील राष्ट्रको मागलाई विश्वस्तरमा बलियो बनाउनेछ। नेपालले क्षेत्रीयस्तरमा नवीकरणीय ऊर्जाको 'रोलमोडल' का रूपमा विकासशील देशको नेतृत्व गर्न सक्छ। हाम्रा जलस्रोत, वायु तथा सौर्य ऊर्जाको सम्भावनालाई कार्बन क्रेडिटसँग जोडेर कार्बन न्यूनीकरणमा नेतृत्व लिन सकिन्छ। हाम्रो ऊर्जा नीति अब विद्युत् उत्पादनमा मात्र सीमित हुनु हुँदैन। विद्युत् उत्पादन र ऊर्जा सुरक्षाका लागि जलाशय, बहुजलाशय र सिजनल जलाशय मार्फत् दिगो उर्जा विकासमा फड्को मार्न पनि ढिला गरिनु हुन्न।

खाना पकाउनेदेखि यातायातसम्म स्वच्छ ऊर्जा : ऊर्जा क्षेत्रको कार्ययोजनाले खाना पकाउने तथा यातायातको ऊर्जा प्रणालीलाई जीवाश्म इन्धनबाट स्वच्छ ऊर्जामा रूपान्तरण गर्ने विषयलाई प्राथमिकता दिनुपर्छ। स्वच्छ तथा नवीकरणीय ऊर्जा विकास, वैकल्पिक ऊर्जा, प्रतिस्पर्धात्मक ऊर्जा बजारका लागि आवश्यक ऐन–नीति, प्रसारण तथा वितरण प्रणालीको विस्तार र स्तरोन्नति तथा प्रमुख क्षेत्रमा विद्युत् उपयोग प्रवर्द्धन अब अपरिहार्य छन्। यससँगै ऊर्जा क्षेत्रमा पूर्वसूचना प्रणाली सुदृढ गर्नुपर्छ। नवीकरणीय ऊर्जा विकासमा स्थानीय सरकार, महिला, युवा, सीमान्तकृत समूह, आदिवासी जनजाति तथा स्थानीय समुदायको सहभागिता सुनिश्चित गर्नुपर्छ। ऊर्जा माग र आपूर्ति, निजी क्षेत्रको संलग्नता तथा ऊर्जा परीक्षणका विषयमा पनि ध्यान दिनुपर्छ।

२०४५ को शून्य उत्सर्जन लक्ष्य : नेपाल जलवायु परिवर्तनको उच्च जोखिममा छ। हरितगृह ग्यास उत्सर्जनमा नेपालको हिस्सा नगण्य भए पनि पेरिस सम्झौताअन्तर्गत जलवायु परिवर्तनका लक्ष्य पूरा गर्न हामी प्रतिबद्ध छौं। विश्वको औसत तापक्रम वृद्धि १.५ डिग्री सेल्सियसमा सीमित राख्ने र २ डिग्री सेल्सियसभन्दा माथि जान नदिने लक्ष्यलाई समर्थन गरेका छौं। नेपालले दीर्घकालीन रणनीतिअनुसार सन् २०४५ सम्म दिगो रूपमा उत्सर्जन घटाउँदै खुद शून्य उत्सर्जन हासिल गर्ने लक्ष्य राखेको छ। यसका लागि कार्बन तटस्थ, समावेशी तथा जलवायु–उत्थानशील भविष्य निर्माण गर्न नीतिगत व्यवस्था, सामाजिक रूपान्तरण र प्रविधि विकास आवश्यक छ। तर लक्ष्य राख्नु मात्र पर्याप्त हुँदैन।

२०३० सम्म १५ हजार मेगावाट स्वच्छ ऊर्जा : सन् २०३० सम्म करिब १५ हजार मेगावाटसम्म स्वच्छ ऊर्जा उत्पादन बढाउने लक्ष्य प्रस्तुतिमा उल्लेख गरिएको छ। यसको ५–१० प्रतिशत हिस्सा लघु तथा साना जलविद्युत्, सौर्य, वायु तथा जैविक ऊर्जाबाट हुने र पाँच हजार मेगावाट आन्तरिक स्रोतबाट उत्पादन गर्ने लक्ष्य छ। बाँकी अंश अन्तर्राष्ट्रिय समुदायको वित्तीय सहयोगमा निर्भर रहनेछ। सन् २०३० सम्म कुल ऊर्जा मागको २० प्रतिशत हिस्सा स्वच्छ ऊर्जा स्रोतबाट आपूर्ति हुने अपेक्षा गरिएको छ। नेपालले दिगो विकासका लक्ष्य हासिल गर्न आर्थिक, सामाजिक तथा वातावरणीय विकासका क्षेत्रमा १ सय ६९ वटा लक्ष्य र ४ सय ७९ वटा सूचक पहिचान गरेको छ।

जलवायु परिवर्तन न्यूनीकरण र अनुकूलनका विषय धेरै क्षेत्रसँग अन्तरसम्बन्धित भएकाले दिगो विकासका लक्ष्य हासिल गर्न हरित ऊर्जा महत्वपूर्ण माध्यम बन्न सक्छ।

हानि तथा क्षति कोष – आशा र चिन्ता : जलवायु परिवर्तनबाट कमजोर देशलाई विनाशकारी प्रभावबाट जोगाउन विकसित राष्ट्रहरूको सक्रियतामा हानि तथा क्षति

»» बाँकी पृष्ठ ५ मा.

कांग्रेस गलकोटको अधिवेशन

नेपाली कांग्रेसको १५ औं महाधिवेशन तथा गलकोट नगर समितिको दोस्रो नगर अधिवेसम्पन्न भएको छ ।

अधिवेशनमा बोल्दै प्रतिनिधि सभा सदस्य रेनुका काउचाले पार्टीलाई सुद्दृ र जनमुखी बनाउन एकजुट हुनुपर्नेमा जोड दिइन । उनले स्थानीय तहदेखि नै पार्टी संगठनलाई मजबुत बनाउन महिला, युवा र सबै वर्गको सक्रिय सहभागिता अपरिहार्य रहेको बताइन । लोकतान्त्रिक मूल्य र मान्यतालाई आत्मसात् गर्दै पार्टीभित्र देखिएको आन्तरिक प्रतिस्पर्धालाई स्वस्थ रूपमा लिएर अगाडि बढ्न उनले सबै कार्यकर्ताहरूलाई आग्रह गरिन । सविधान सभा सदस्य निरज पुनले पार्टी संगठनलाई बलियो बनाउन र लोकतान्त्रिक मूल्यमान्यतालाई अगाडि बढाउन एकजुट हुनुपर्नेमा जोड दिए । उनले पार्टीभित्रको आन्तरिक प्रतिस्पर्धालाई स्वस्थ रूपमा लिँदै स्थानीय तहदेखि नै कांग्रेसलाई अझ गतिशील र जनमुखी बनाउन सबै नेता तथा कार्यकर्ताहरू आपसी मेलमिलापका साथ अघि बढ्नुपर्ने धारणा राखेका थिए ।

कार्यक्रम गलकोट नगर सभापति विरजंग भण्डारीको अध्यक्षता, उपसभापति यज्ञप्रसाद सापकोटाको स्वागत र सचिव योगेश भण्डारीको सञ्चालनमा सम्पन्न भएको थियो ।

नेपाली कांग्रेस गलकोट नगर समितिको सभापतिमा हिमबहादुर भण्डारी 'हेमन्त' विजयी भएका छन ।

नेपाली कांग्रेसको १५ औं महाधिवेशनअन्तर्गत गलकोट नगर समितिको दोस्रो अधिवेशनमा सभापति पदका लागि हिमबहादुर भण्डारी 'हेमन्त' र पवन हमालले दाबी प्रस्तुत गरेपछि निर्वाचन भएको थियो ।

निर्वाचनमा भण्डारीले १ सय ७१ मत प्राप्त गरी सभापतिमा विजयी हुनुभएको हो । उहाँका प्रतिस्पर्धी पवन हमालले ८७ मत प्राप्त गर्नुभएको निर्वाचन अधिकृत डम्मरबहादुर खत्रीले जानकारी दिए ।

गलकोट नगर समितिको सभापति चयनका लागि कुल २ सय ७९ जना मतदाता रहेकोमा २ सय ६२ मत खसेको थियो । खसेका मतमध्ये ४ मत बदर भएको निर्वाचन अधिकृत खत्रीले बताए । निर्वाचनको परिणामसँगै भण्डारी नेपाली कांग्रेस गलकोट नगर समितिको नयाँ सभापतिमा निर्वाचित हुनुभएको हो । त्यस्तै उपसभापतीमा चिरञ्जीवि मरासिनी, महिला उपसभापती उमा न्यौपाने, सचिवमा खिम बहादुर केसी, सहसचिवमा दल बहादुर घर्ती चयनु भएका छन । त्यस्तै युवा प्रतिनिधीमा नविन शर्मा, सागर खत्री, महिला प्रतिनिधीमा ललिता श्रीस, दलित महिला प्रतिनिधीमा ज्ञानु परियार, दलित पुरुष प्रतिनिधीमा कृष्ण बहादुर सुनार रहेका छन ।

सदस्यहरुमा कृष्ण बहादुर गुरुङ, यम कुमारी चोखाल, भगवान केसी, दुर्गादेवी भण्डारी, केशव गौतम, रत्नकला अधिकारी, कृष्ण बहादुर भण्डारी, जमुना सुवेदी, टिका बहादुर खत्री, खिमा अधिकारी, राज बहादुर पुन, धन कुमारी विक, नर बहादुर थापा मगर, कोपिला खड्का, भिम बहादुर क्षेत्री, ईश्वरी गौतम उपाध्याय, ईन्द्र प्रसाद खरेल, लक्षिमा सापकोटा, देवराज पुन, मिना कुमारी श्रीस, लालब हादुर पुन, भवि श्रीस, दलित खुल्ला सदस्यमा सेर बहादुर सुनार, दलित महिला खुल्ला महिला सदस्यमा कृष्ण बहादुर सुनार चयन भएका छन ।

वृद्धावस्थाबारे जान्नैपर्ने कुराहरू

डा. नरनाथ पाण्डे

पृष्ठभूमि

दीर्घायुको युग : लामो जीवनका लागि प्रणालीहरुको पुनर्विचार भन्ने नाराका साथ यो वर्ष असोज १५ गते अर्थात् अक्टोबर पहिलो तारिखका दिन विश्व ज्येष्ठ नागरिक दिवस मनाउने कार्यक्रम छ । वृद्धावस्था अथवा ज्येष्ठ नागरिक प्रत्येक देशका राष्ट्रका अभिभावक हुन् । हामीले ज्येष्ठ नागरिकलाई बोझ होइन कि बोध, अनुभव, संस्कार र प्रेरणाका स्रोतका रुपमा मान्नुपर्ने हुन्छ । यसवर्षको नाराले लामो जीवनको कामना गर्ने मात्र होइन कि स्वस्थ रहनका लागि आवश्यक तत्व वा प्रणालीहरुको समेत विचार गर्नुपर्ने र नयाँ युगमा नयाँ अवधारणा अनुसार पुनर्विचार समेत गर्दै जानुपर्ने महत्वपूर्ण पक्षलाई उजागर गरेको पाइन्छ । ज्येष्ठ नागरिकहरुले प्राप्त गर्ने भत्ता, पेन्सन, स्वास्थ्य सेवाका अवसर, यातायात तथा विभिन्न निकायमा छुटको अवसर र सामाजिक सुरक्षा जस्ता कुराहरु दीर्घ जीवनका लागि आधारस्तम्भ भएकाले यी प्रणालीमा पुनर्विचार आवश्यक देखिएको र सम्मानपूर्वक दीर्घ जीवन बाँच्न पाउनुपर्ने अधिकारलाई सम्बोधन गर्न घच्घच्याउनुपर्ने देखिएको छ । आजका युवाहरु पनि भोलिका ज्येष्ठ नागरिक नै हुनेहुँदा समयचक्रको यो जीवनमा ज्येष्ठ नागरिकको सम्मान, अधिकार, स्वास्थ्य, सुरक्षा, सामाजिक सहभागिता र गरिमापूर्ण जीवन यापनका लागि सिक्नु जरुरी छ भन्ने सन्देशका साथ यो आलेख समर्पण गरिएको छ ।

माथि आदर्शका कुरा जतिसुकै गरेतापनि वृद्धवृद्धाको सम्बन्धमा बदलिंदो जीवनशैली, उत्तरआधुनिकवाद तथा पश्चिमा संस्कार भित्रिएका कारण नेपालमा वृद्धवृद्धालाई हेर्ने दृष्टिकोण र मान्यता बदलिरहेको अवस्था देखापर्दैछ । आजकालको समाज र परिस्थिति बिस्तारै पश्चिमीकरणतर्फ बदलिइरहेको छ । बिस्तारै संयुक्त परिवारबाट एकल परिवारको अवधारणा आइरहेको छ । जति जति वृद्धहरुको जनसंख्या बढिरहेको छ, उत्तिकै वृद्धहरू समाजका बोझ बन्न थालेको अवस्था छ । कुनैबेला थियो वृद्धहरू घरपरिवारका भगवान हुन् र भगवानको सेवा गर्न कतै जानुपर्दैन केवल आफ्ना बा आमाको सेवा गरे पुग्छ भनेर त्यही अनुरुपको सोंच र व्यवहार देखापर्ने गर्दथ्यो । बिस्तारै पुस्तान्तरणमा आएको अन्तरालले गर्दा यस्तो संस्कृति हामीले हाम्रा बच्चालाई सिकाउन पनि पाएनौं, सिकाएनौं र बच्चाले समेत सिक्न खोजेनन् । यी सबै कारण र प्रविधिमा आएको विकासले आजकालका बच्चाहरू अर्कै दुनियाँमा अल्मलिइरहेको अवस्था छ । घरमा हजुरआमा, हजुरबा अथवा वृद्ध भएका बा आमासँग नजिकिने, उहाँहरूसँग कुराकानी गर्ने, उहाँहरूका अनुभव सुन्ने, असंख्य ज्ञान प्राप्त गर्ने, धर्म संस्कृति के हो बुझ्ने, हाम्रा रितिरिवाज र परम्परा के हुन् धैर्य भएर सुन्ने कसैलाई फुर्सत छैन । अझ बढी ज्येष्ठ नागरिकहरू बिरामी परेर निरन्तर स्याहार सुसार गर्नुपर्यो भने त त्यो भन्दा ठूलो सकस अरु केही हुँदैन ।

स्वभावैले बुढाबुढीहरू केही कमजोर, असक्षम, केटाकेटीजस्ता हुन्छन् र घरमा कोही नबिग्रियोस् र केही नबिग्रियोस् भनेर केही कचकच समेत गर्ने खालका हुन्छन् । जुनकुरा आजकालका बच्चाबच्चीहरूलाई अपाच्य हुन्छ र उनीहरु बुढाबुढीबाट टाढै हुन खोज्छन् । फलस्वरुप भविष्यमा छुट्टै घरबार बनाएर आफ्नो परिवार मात्र अलग भई बस्ने अवस्थामा पुग्छन् । त्यस्तो अवस्थामा बुढाबुढीलाई वृद्धाश्रममा राखिदिने, वृद्धाश्रममा राखेपछि आफ्ना सबै जिम्मेवारी पूरा भएको ठानी आफू टाढै बस्ने प्रवृत्ति समेत नदेखिएको होइन । यी र यस्ता खालका व्यवहार अहिलेको समाजमा वृद्धहरूले भोगेका समस्या हुन् । यस्तै कुराहरूलाई विचार गरी ज्येष्ठ नागरिक निर्देशिका २०६३ जारी भई नेपालमा नयाँ व्यवस्था लागु भएको छ । वास्तवमा यी सबै कुराहरूलाई यस आलेखमा समावेश गर्न स्थान अभाव हुने भएकोले सामान्य रुपमा वृद्धावस्थाका स्वास्थ्य समस्या र व्यवस्थापनका केही उपायहरू मात्र समावेश गरी यो आलेख तयार गरिएको छ ।

बुढ्यौली के हो ?

प्रकृतिको नियमानुसार समयको गतिसँगै दुनियाँमा सबैकुरा परिवर्तन हुँदै जान्छ । मानिस पनि जन्मेपछि शिशु, बाल्यावस्था, किशोरावस्था, प्रौढावस्थाको चरणबाट परिवर्तन हुँदै वृद्धावस्थामा प्रवेश गर्दछ । यसरी वृद्ध हुने प्रक्रिया नै बुढ्यौली हो । वृद्धसम्बन्धी अध्ययनले बढी परिश्रम गर्ने, बढी तनावमा रहने र बढी रोग लाग्ने व्यक्तिलाई छिटो बुढ्यौली लाग्छ भन्दछ । यस अवस्थामा व्यक्तिका शारीरिक अंगहरूमा निस्क्रियता आउनथाल्छ । वास्तवमा बुढ्याइ हुँदै जाने प्रक्रिया नै बुढ्यौली हो । तर बुढ्यौली वातावरण, खानपान, रहनसहन, परिश्रम जस्ता कुराहरूमा पनि भरपर्दछ ।

बुढ्यौली/ज्येष्ठनागरिकहरूको जनसांख्यिकि

जनसांख्यिकिको एउटा महत्वपूर्ण पक्ष ज्येष्ठ नागरिकहरूको संख्या पनि हो । किनकि यो वर्ग आश्रित वर्ग हो र यसले कुनैपनि देशको सामाजिक, आर्थिक तथा अन्य विविध पक्षहरूमा प्रभाव पार्दछ । आधुनिक औषधी उपचार, विज्ञानमा भएको चरम प्रगति र गुणस्तरीय जीवन शैलीका कारण मानिसको औसत आयुमा वृद्धि भई नेपालमा पनि वृद्धहरूको जनसंख्या बढिरहेको छ । सन् २०२१ को जनगणनाको प्रतिवेदन अनुसार नेपालमा वृद्धहरूको जनसंख्या (६० वर्ष माथिको) कुल जनसंख्याको १०.२१ प्रतिशत रहेको छ । यो संख्या सन् २०११ को तथ्याङ्क ८.१ प्रतिशतबाट बढेर १०.२१ प्रतिशत पुगेको हो । यसबाट अनुमान लगाउन सकिन्छ कि नेपालमा समेत वृद्धहरूको जनसंख्या बढ्ने क्रम द्रुत गतिमा भइरहेको छ र यो तथ्याङ्कलाई आधार मानेर प्रक्षेपण गर्ने हो भने सन् २०५० सम्म नेपालमा ज्येष्ठ नागरिकको संख्या दोब्बर पुग्ने अनुमान गर्न सकिन्छ ।

सन् २०२१ को जनगणना अनुसार प्रकाशित गरेको तथ्यांक अनुसार नेपालीको औसत आयु पुरुष ६९.२, महिला ७३.३ र औसत ७१.३ वर्ष रहेको छ । सन् २०११ मा औसत ६६.६ वर्षबाट बढेर यो अवस्थामा पुगेको हो । सन् २०२४ को संयुक्त राष्ट्रसंघको प्रतिवेदनलाई आधार मान्दा नेपालीको औसत आयु ७२.१ वर्ष रहेको छ भने यही आधारमा हेर्ने हो भने सबैभन्दा बढी मोनाको र सबैभन्दा कम नाइजेरिया र चाड देशमा रहेको छ । सन् २०२४ को अन्तिम प्रतिवेदनका अनुसार सबैभन्दा बढी औसत आयु हुने मोनाकोमा ८६.५ वर्ष र सबैभन्दा कम चाड र नाइजेरियामा ५५.० वर्ष छ ।

बुढ्यौलीका प्रभाव वा असरहरू

सामान्यतया मानिस ३० वर्षको भएपछि उसको शारीरिक क्षमताको विकासमा मन्दता आउनथाल्छ । त्यसपछि खानपान, वातावरण र अन्य तत्वहरूले गर्दा बुढ्यौली लाग्नथाल्छ अनि वृद्ध जनसंख्याको व्यवस्थापन अर्को समस्या बन्नथाल्छ । बुढ्यौली एक प्रकृति प्रदत्त देन हो, जसलाई रोक्न सकिदैन । उमेरको बढ्दो क्रमसँगै वृद्धहरूमा विभिन्न प्रभाव र असरहरू देखापर्न थाल्छन् । शारीरिक, मानसिक, सामाजिक र संवेगात्मक क्षमताहरू घट्न थाल्छन् र बुढ्यौलीमा निम्न लक्षणहरू देखापर्न थाल्छन् ।

(छालाको स्वरुप, रंगमा परिवर्तन आउने, पातलो लचकदार हुने र चाउरी पर्ने, अनुहारमा धर्का देखिने, ४० वर्ष कटेपछि आँखाको वरपर सुन्निएको जस्तो देखिने ।
(दृष्टि कमजोर हुने, रंग छुट्याउन नसक्ने, मोतीबिन्दु र आँखाका अन्य समस्या देखापर्ने ।
(हाडजोर्नी कमजोर हुने, दुख्ने, कमजोर हुने र दाँत झर्ने ।
(टाउको ठूलो देखिने, नाक कानको लम्बाई बढ्ने ।
(पिशाब थैलीमा पिशाब जम्मा हुने क्षमता घट्ने, छिटो छिटो पिशाब लाग्ने र पिशाब छान्ने क्षमतामा ह्रास आउने ।
(सुन्ने क्षमता घट्ने ।
(मुटु र फोक्सोमा समस्या परी स्वाँ स्वाँ हुने ।
(यौन अक्षमता बढ्ने र यौन इच्छा भएर पनि सम्पर्क राख्न नसक्ने ।
(रौं फुल्ने, शरीर कुप्रो पर्ने, फरक सोंचाइ आउने । आदि

ज्येष्ठ नागरिकहरूले अपनाउनुपर्ने व्यवहार र उनीहरूको व्यवस्थापन

समयको गतिसँगै कुनै दिन कुनै व्यक्ति वृद्ध हुनैपर्छ यो ध्रुवसत्य छ । विभिन्न देशमा वृद्धहरूलाई हेर्ने दृष्टिकोणमा फरकपन पाइन्छ । विकसित देशहरूमा प्रायः एकल परिवार हुने कारणले त्यहाँ वृद्धहरू समस्याको रुपमा रहेका छन् । जतिसुकै सुविधा सम्पन्न व्यवस्था गरिएतापनि ३ पुस्ते परिवार एउटै छानामुनि बस्नु, रमाइलो गर्नु र सँगसँगै खाना खानु जस्तो राम्रो विकल्प अन्य हुनै सक्तैन भन्ने वृद्धहरूको मनसाय पाइन्छ ।

वृद्धहरूले पनि वृद्धावस्थामा आफ्नो स्वास्थ्यलाई, परिवार तथा समाजलाई निकै ध्यान दिनुपर्छ र आफ्नो स्वास्थ्यको हेरचाहकालागि निम्न कदम चाल्नुपर्छ ।

(धुम्रपान, मद्यपान नगर्ने, सन्तुलित खाना खाने, सरसफाइमा ध्यान दिने ।
(दैनिकरुपमा हल्का व्यायाम गर्ने वा हिंडुल गर्ने ।
(सामाजिक कार्यमा प्रफुल्ल भइ लाग्ने, नैराश्य नहुने ।
(वृद्धा महिलाले पनि आफ्ना प्रजनन् स्वास्थ्य समस्या नलुकाइ उचित उपचार गराउने ।
(सक्दो काम गर्ने र आराम गर्ने ।
(शारीरिक र मानसिक स्वास्थ्यका सिद्धान्तहरू सिक्ने ।
(शैक्षिक तालिमको फाइदा लिने ।
(सक्रिय, सक्षम, आत्मविश्वासी र उपयोगी हुने ।
(वृद्धजीवनको व्यतित गर्न तयारी गर्ने ।
(परिवारका सदस्यहरूको परिवर्तित परिस्थिति बुझी लचकता अपनाउने ।
(नयाँ पुस्तालाई ज्ञान र सीप बाँड्ने ।
(सामाजिक योगदान दिन र समाजलाई आफ्नो आवश्यकता महसुस् गराउन सक्षम छु भन्ने ।
(आफ्ना स्वास्थ्य समस्याहरू बताई स्वास्थ्य परीक्षण गराई उपचार लिने आदि ।

वृद्धहरूको व्यवस्थापन निकै चुनौतिपूर्ण कार्य हो । वृद्धजीवन स्वस्थपूर्ण बिताउनका लागि वृद्धहरूले पनि धेरै कुरामा सहभागिता जनाउनुपर्छ । वृद्धहरूले सक्रिय जीवनशैली अपनाउन सक्नुपर्छ, जसले गर्दा उनीहरूको शारीरिक, मानसिक, सामाजिक र आत्मीय रुपमा स्वस्थ बनाउन मद्दत पुगोस् । जे होस्, वृद्धहरूको व्यवस्थापन गर्न निम्न कुराहरूमा विशेष ध्यान दिनुपर्दछ ।

(सकेसम्म वृद्धाश्रममा नपठाउने र पठाउने पर्ने भए मानसिक समस्या पर्नसक्ने हुँदा सामाजिक गतिविधि र सुविधा सहितको आश्रमको व्यवस्था गर्ने ।
(वृद्धहरू समाजका लागि आवश्यक छन् भन्ने सन्देश दिन समाजमा उपयोगी ज्ञान, सीप, कलालाई प्रयोग गर्ने ।
(सुविधा सम्पन्न रुपको खाने, बस्ने, सुत्ने, पुजापाठ, अध्ययन, मनोरंजन, स्वास्थ्य सेवा सहितको वृद्धाश्रममा बेसहारा वृद्धहरूलाई राख्ने र सेवा पुऱ्याउने ।
(वृद्धहरूको योगदान र सिर्जनात्मक कार्यलाई प्रोत्साहन प्रदान गर्ने ।
(परिवारमा वृद्धहरूसँगै खाने, बस्ने, माया ममता बाँड्ने र मनोरंजन गर्ने ।
(वृद्धहरूप्रतिको आदर र श्रद्धा जागृत गराउने शिक्षा विद्यालय स्तरबाटै प्रदान गर्ने ।
(वृद्धहरूको संगठन खोली एकताबद्ध बनाउने ।
(यात्रा, मनोरंजन, तीर्थस्थल आदिमा विशेष सुविधा प्रदान गर्ने ।
(अवकाश, पेन्सन वा भत्तालाई अझै व्यवस्थित पार्ने ।
(वृद्धहरूको अध्ययन र अनुसन्धान गरी तथ्य प्रष्ट पार्ने ।
(वृद्धाश्रमको व्यवस्थापनमा सरकारी, गैर सरकारी वा अन्य निकायहरूले समेत गहिरो चासो राख्ने ।
(वृद्धाश्रमको प्रभावकारिता बढाउन बेसहारा वृद्धलाई नि:शुल्क व्यवस्था, शुल्क तिर्न सक्नेबाट शुल्क तिराउने व्यवस्था र धनी वृद्धबाट केही बढी शुल्क लिने व्यवस्था गर्ने आदि ।

अन्तमा, अक्टोबर पहिलो तारिख यसवर्ष ३५ औं अन्तर्राष्ट्रिय ज्येष्ठ नागरिक दिवसका रुपमा नेपाल लगायत विश्वभर मनाईदैछ । यो दिवस संयुक्त राष्ट्रसंघको पहलमा सन् १९९१ देखि मनाउँदै आइरहेको हो । यसवर्षको नारामा उल्लेख भएजस्तै ज्येष्ठ नागरिकको दीर्घ जीवन त रहेको छ तर उनीहरु जीवित रहन्जेल स्वस्थकर तरिकाले बाँच्न पाउनका लागि हामी सबैले उनीहरुको सेवा सुविधामा समेत पुनर्विचार गरी राम्रो व्यवस्थापन गर्नुपर्दछ भन्ने कुरालाई व्यवहारमा उतार्नु जरुरी छ । अतः ज्येष्ठ नागरिकलाई माया र ममताको खाँचो हामीले पूरा गरिदिनुपर्नेमा आजका दिवसले सबैलाई प्रेरणा देओस्, संसारभरका सबै ज्येष्ठ नागरिकहरूलाई आजका दिनमा असिमित शुभकामना । शाभार: ढोरपाटन

बाढीले वडा...

माथिल्लो संरचनामा भने खासै क्षति नपुगेको स्थानीयवासी हुमलाल ढकालले बताए । “भवनको संरचना बलियो रहेछ, जगबाटै पल्टदाँ पनि भवनको झ्यालको सिसासमेत फुटेको छैन”, उनले भने, “खोलाको कटानले जग खल्बलिएर ढलेको भएपनि भवन सग्लै छ ।” बाढीले वडा कार्यालय नजिक रहेको ढकालको घर पनि जोखिममा परेको छन् । “पानी पर्यो भने घर छाडेर हिँड्नुपर्ने अवस्था छ”, ढकालले भने, “बाढी प्रभावितको राहत र पुन:निर्माणमा सरकारले ध्यान दिओस् भन्ने हाम्रो माग छ ।” बाढीले वडा नं. ९ का केही घरगोठ र ठूलो मात्रामा धानखेत बगाएको छ । बाङ्खुखी, टिमुरबोटलगायत फाँटमा पाक्ने लागेको धानसँगै खेत बाढीले उजाडेपछि किसान पीडामा छन् । गलकोट नगरपालिकाले क्षतिको एकीन विवरण सङ्कलन गर्ने काम भइरहेको जनाएको छ । प्रारम्भिक विवरण अनुसार बाढीपहिरामा कारण गलकोट नगर क्षेत्रभित्र २२ घरगोठमा क्षति पुगेको छ । ‘रिसोर्ट’लगायत व्यवसायिक संरचनामा पनि क्षति पुगेको जनाइएको छ ।

नगर प्रमुख भरत शर्मा गैरेले सरकारी र निजी गरी करोडौंको भौतिक सम्पत्तिमा क्षति पुगेको बताए । “बाढीका कारण गलकोटमा मानवीय क्षति नभएपनि ठूलो भौतिक क्षति भएको छ”, उनले भने, “बाढी पहिरो प्रभावित परिवारका लागि तत्काल राहतसँगै पुन:निर्माणका काममा योजना बनाएर काम गर्छौं ।” यही असोज ८ देखि ११ गतेसम्म परेको भारी वर्षासँगै निम्तिएका बाढीपहिराका घटनाबाट गलकोटसहित जिल्लाका अधिकांश स्थानीय तह प्रभावित बनेका छन् । पहिरामा परी जिल्लामा १३ जनाले ज्यान गुमाएका छन् भने ठूलो भौतिक क्षति पुगको छ ।

बाढी...

घर्तीको कृषि व्यवसायमा रहेका ६ वटा बङ्गुर, २ सय वटा २१ दिनका चल्ला तथा ८ वटा बाख्रासहित बङ्गुरको खोर बगाएको, गलकोट नगरपालिका-६ का महेश श्रीसको बङ्गुरको खोर र माछा पोखरी तथा एउटा बङ्गुर बगाएको, गलकोट नगरपालिका-६ कै तारा बहादुर श्रीसको हाइटेक टनेल र बङ्गुरको खोर बगाएको, दसमखोला एग्री कल्चरको १ क्विन्टल माछाको भुरा, १ सय लोकल कुखुरा र ५० वटा हाँसका बच्चा बगाएको, गलकोट नगरपालिका-५ का सुवास क्षेत्रीको ५० भन्दा बढी क्षमताको बङ्गुर खोर नष्ट भएको, गलकोट नगरपालिका-९ का हरिलाल सापकोटाको ३५ घारी पसाएको केरा नष्ट भएको र आंशिक क्षति भएको, सोही वडाका यादमणी सापकोटाको १५ घारी पाक्न लागेको केरा नष्ट भएको, गलकोट नगरपालिका-९ को वडा कार्यालयसमेत भासिएर खोलामा पुगेको र पूर्ण क्षति भएको नगरपालिकाको प्रारम्भिक विवरणमा उल्लेख छ । नगरपालिकाका अनुसार क्षति पुगेका केही घर तथा व्यवसाय पूर्ण जोखिममा रहेका छन् भने केहीमा आंशिक क्षति र पूर्ण जोखिमको अवस्था रहेको छ।

बाढीपहिरो...

आवश्यक पर्ने परिवारलाई प्राथमिकताका आधारमा सहयोग उपलब्ध गराउन, घर तथा व्यवसायसँगै कृषि, पशुपालन र अन्य क्षेत्रमा भएको क्षतिको समेत उचित मूल्याङ्कन गर्न तथा विपदपछि पुन:स्थापना र पुनर्निर्माणका लागि दीर्घकालीन योजना बनाउन र क्षतिग्रस्त सडक, खानेपानी, विद्युत् तथा अन्य सार्वजनिक संरचनाको मर्मत तथा पुन:स्थापनालाई समेत प्राथमिकतामा राख्नुपर्ने नगरपालिकालाई सुझाव दिएका थिए । बैठक गलकोट नगरपालिकाका नगर प्रमुख भरत शर्मा गैरेको अध्यक्षता र प्रशासकीय अधिकृत रामचन्द्र शर्माको सञ्चालनमा सम्पन्न भएको थियो ।

सामाजिक साङ्लोमा महिला

✍... कल्पना नेपाल आचार्य

नेपाली समाज ऐतिहासिक, सांस्कृतिक दृष्टिले महत्त्वपूर्ण छ । तर, समाजमा विद्यमान कतिपय प्रथा, परम्परा, धर्म र संस्कृतिका हानिकारक पनि छन् । त्यसले सामाजिक साङ्लोको काम पनि गरेको पाइन्छ । तिनले समाजलाई अगाडि बढाउन अवरोध सिर्जना गरेका छन् । शिक्षा र प्रविधिको विकाससँगै समाज रूपान्तरित हुँदै आए पनि समाजमा अझै जीवित रहेका विकृति, विसंगति, कुरीति तथा हानिकारक अभ्यासले विशेषतः महिलालाई अन्याय थोपरेको पाइन्छ । कठोर जीवन जिउन बाध्य पारेको पाइन्छ ।

बालविवाह, दाइजो, छाउपडी र बोक्सीलगायतका कैयौं हानिकारक प्रथाले महिलाको विकास र प्रगतिमा अवरोध पुऱ्याएको पाइन्छ । मुख्यतः दूरदराजमा यस्तो अभ्यास बढी पाइन्छ । एकल, विपन्न र उमेर ढल्केका महिलालाई अन्धविश्वासकै कारण बोक्सीको आरोप लगाउने गरिन्छ । बोक्सीको नाममा मानसिक र शारीरिक यातना दिने, दिसा–पिसाब खुवाउने तथा समाजबाट बहिष्कार गर्ने जस्ता अमानवीय व्यवहार गरेको पाइन्छ । सीमान्तकृत, गरिब र पिछडिएको समुदायका महिला यसबाट बढी प्रताडित र हिंसा खेप्न बाध्य छन् । महोत्तरीमा २०६८ मा ढुकुटीदेवी महतोलाई बोक्सीको आरोप लगाउँदै गाउँलेहरूले मलमूत्र खुवाउने, कपाल मुण्डन गरी कुटपिट गर्दै चरम यातना दिएका थिए । घटनाले राष्ट्रिय र अन्तर्राष्ट्रियस्तरमै ठूलो चर्चा पायो । बोक्सी जस्तो गम्भीर अपराधविरुद्ध कडा कानुन बनाउन दबाब बढ्यो । चार वर्षपछि ‘बोक्सीको आरोप कसुर र सजाय ऐन, २०७२’ जारी भयो । बोक्सीको आरोप लगाएर गरिने अमानवीय व्यवहारलाई दण्डनीय बनाउन र पीडितलाई संरक्षण तथा क्षतिपूर्ति दिलाउन कानुन निर्माण गरिएको थियो । तर, कानुनको प्रभावकारी परिपालना नहुँदा बोक्सीको आरोपमा, यातना दिने वा दुःख दिने जस्ता अमानवीय घटनाक्रम रोकिएको छैन ।

२०७३ मा काभ्रेकी लक्ष्मी परियार, २०७४ मा कैलालीकी राधा चौधरी, २०७५ मा दोलखाकी रीता खड्का, २०७६ मा कञ्चनपुरकी राजकुमारी रानाले बोक्सीकै आरोपमा चरम यातना खेप्नुपऱ्यो । २०८३ को सुरुवातमै सुर्खेतमा एक व्यक्तिले निर्दोष महिलालाई बोक्सीको आरोप लगाई अपशब्द बोली पैताला चटाउँदै गरेको घटना सार्वजनिक भयो । यातना दिने क्रममा कतिपय महिलाको निधन नै हुने गरेको छ । कतिपय घटना सार्वजनिक नै हुँदैनन् ।
बोक्सीको आरोप लगाई गरिने अमानवीय व्यवहार समाजको विद्यमान अन्धविश्वास, पितृसत्तात्मक सोच र कुरीतिको एउटा गम्भीर रूप हो । बोक्सीको आरोपले महिलामा दीर्घकालीन मनोसामाजिक असर गर्छ । अपमान र असह्य मानसिक पीडा सहन उनीहरूलाई कठिन हुन्छ । नेपालको संविधानले प्रत्येक नागरिकलाई सम्मानपूर्वक बाँच्न पाउने हक, समानताको हक र हिंसाविरुद्धको हकको सुनिश्चितता गरेको छ ।

बोक्सीको आरोप (कसुर र सजाय) ऐन, २०७२ अनुसार कसैलाई बोक्सीको आरोप लगाउनु, अमानवीय व्यवहार गर्नु वा बहिष्कार गर्नु गम्भीर दण्डनीय अपराध मानिएको छ । हिंसामा परेका महिलालाई संरक्षण, निःशुल्क स्वास्थ्य उपचार, मानसिक परामर्श, सुरक्षित अल्पकालीन आवास, उजुरी प्रक्रिया र कानुनी सहायता प्रदान गर्ने निकायहरू छन् । यद्यपि, दूरदराजका महिला अझै पनि अनेकौं सामाजिक साङ्लोमा बाँधिन बाध्य छन् । समाजमा दुर्भाग्यपूर्ण घटना घटिरहेकै छन् ।

यसर्थ, कानुन कार्यान्वयनमा कठोर पहलकदमी अनिवार्य छ । बोक्सी, बालविवाह, दाइजो, छाउपडी जस्ता कुप्रथा अभ्यासमा आउनै नदिनका लागि कानुनहरूको पूर्ण परिपालनामा जोड दिनुपर्छ । पीडकलाई कानुनी दायरामा ल्याएर कडाभन्दा कडा सजायको भागीदार बनाउनुपर्छ । गाउँ–गाउँसम्म अन्धविश्वास र सामाजिक कुरीतिविरुद्ध चेतनामूलक कार्यक्रमहरू सञ्चालन गर्न/गराउन जोड दिनुपर्छ । छोरीहरूको शिक्षामा विशेष प्राथमिकता दिनुपर्छ ।

सरोकारवाला निकायहरूले महिलालाई सीपमूलक तालिम र रोजगारीका अवसरहरू प्रदान गरी आर्थिक रूपमा सबल बनाउने कार्यलाई नीति, योजना, कार्यक्रम र बजेटको प्राथमिकतामा राख्नुपर्छ । जबसम्म महिलाले सुरक्षित, सम्मानित र आत्मनिर्भर जीवन जिउन पाउँदैनन्, तबसम्म सभ्य र समतामूलक समाजको निर्माण सम्भव छैन । कुरीति र विकृतिहरूलाई जरैदेखि उखेलेर फ्याँक्न राज्य, समाज र व्यक्तिगतस्तरबाट सामूहिक प्रतिबद्धता र पहल हुनु अत्यावश्यक छ । शाभारः कान्तिपुर

बाढीले वडा...

कोष स्थापना हुनु महत्वपूर्ण उपलब्धि हो। यसले विकासशील देश, नागरिक समाज तथा गैरसरकारी संस्थालाई सामूहिक रूपमा काम गर्ने अवसर दिन सक्छ। तर यो कोषले अपेक्षित रूपमा सार्थकता पाउन नसकेको विषयमा विभिन्न प्रतिवेदन सार्वजनिक भएका छन्। कोप–२८ को उद्घाटनमै हानि तथा क्षति कोषबाट रकम उपलब्ध गराउने प्रतिबद्धता व्यक्त भए पनि कोषमार्फत व्यवहारमा काम कसरी अघि बढ्छ भन्ने विषयमा स्पष्टता नदेखिएको विज्ञहरूको भनाइलाई हामीले गम्भीरतापूर्वक लिनुपर्छ। जलवायु नीति र अर्थतन्त्रबीच सन्तुलन : चीन, अमेरिका र भारतजस्ता ठूला अर्थतन्त्रको कार्बन उत्सर्जन तथा उनीहरूले लिएका नेट–शून्य लक्ष्यको तुलनामा नेपालले आफ्नो लक्ष्य चाँडो हासिल गर्ने प्रतिबद्धता जनाएको छ। यो लक्ष्य आफैंमा महत्वाकांक्षी छ। तर जलवायु लक्ष्य निर्धारण गर्दा नेपालको अर्थतन्त्रमा पर्ने प्रभावको मूल्यांकन पनि गर्नुपर्छ। देशलाई पुग्ने हानि–नोक्सानीको बेवास्ता गरेर अरूको लहैलहैमा मात्र नीति बनाउनु उचित हुँदैन भन्ने प्रश्न पनि उठाउनुपर्छ। नेपालले जलवायु परिवर्तनबाट हुने क्षति त भोगिरहेकै छ। अर्कोतर्फ आफ्नो अर्थतन्त्रलाई बलियो बनाउन स्वच्छ ऊर्जा क्षेत्रलाई अगाडि बढाउनु पनि आवश्यक छ। त्यसैले जलवायु नीति र आर्थिक विकासबीच सन्तुलन खोज्नु आजको आवश्यकता हो।

२८ हजार ५ सय मेगावाट स्वच्छ जलविद्युत् : अन्त्यमा, सरकारले २८ हजार ५ सय मेगावाट स्वच्छ जलविद्युत् उत्पादन गर्ने प्रस्ताव मन्त्रिपरिषद्ले पास गरिसकेको विषय प्रस्तुतिमा उल्लेख गरिएको छ। यी आयोजनामध्ये १६ हजार मेगावाट पीपीएका लागि निजी प्रवर्द्धक पर्खिरहेको उल्लेख छ। नेपालको दिगो विकासको लक्ष्यलाई स्वच्छ ऊर्जामार्फत अघि बढाउन पनि यसले आधार तयार गर्न सक्छ। भण्डारी, जलविद्युत् प्रवर्द्धक तथा इप्पानका सल्लाहकार हुन्। शाभारः अन्नपूर्णपोष्ट

गाउँपालिकाद्वारा सहयोग गर्न अपिल

गलकोटपत्र/हटिया

तारखोला गाउँपालिकाले हालै आएको अविरल वर्षाका कारण बाढीपहिरोबाट प्रभावित नागरिकको राहत, पुनर्स्थापना तथा क्षतिग्रस्त संरचना पुनर्निर्माणका लागि आर्थिक सहयोग गर्न अपिल गरेको छ ।

गाउँ कार्यपालिकाको गत असोज १४ गते बसेको बैठकले गरेको निर्णयअनुसार देश तथा विदेशमा रहेका ताराखोलावासी, विभिन्न संघसंस्था तथा आम देशवासी दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीहरूलाई आर्थिक सहयोग गर्न गाउँपालिकाले अपिल गरेको हो ।

गाउँपालिकाले गत असोज ९ गतेदेखि ११ गतेसम्म परेको अविरल वर्षाका कारण आएको बाढी र पहिरोमा परी गाउँपालिकाभित्र ३ जनाको निधन भएको र गाउँपालिकाका ५ वटा वडामा ठूलो भौतिक क्षति पुगेको उल्लेख गर्दै मृतकप्रति श्रद्धाञ्जली तथा शोकसन्तप्त परिवारजनमा समवेदना व्यक्त गरेको छ ।

बाढीपहिरोका कारण नागरिकका घरवास तथा विभिन्न भौतिक संरचनामा क्षति पुगेको गाउँपालिकाले जनाएको छ । घरदैलोमा पुग्ने सडक सञ्जाल, विद्यालय भवन, सार्वजनिक भवन, विद्युत् संरचना तथा प्रसारण लाइनमा समेत क्षति पुगेको अपिलमा उल्लेख गरिएको छ । गाउँपालिकाले विपद्को अवस्थामा उद्धार तथा राहतका लागि निरन्तर फिल्डमा खटिरहेको जनाएको छ । आधारभूत विद्युत्, सञ्चार तथा सडक सञ्जाल सञ्चालनमा ल्याउन आवश्यक काम भइरहेको र नागरिकको घरवास व्यवस्थापन तथा पुनर्स्थापनाका लागि वडास्तरबाट समेत काम भइरहेको गाउँपालिकाको भनाइ छ ।

गाउँपालिकाले अहिले ताराखोला पूर्ण रूपमा संकटमा रहेको जनाउँदै विस्थापित नागरिकलाई सहज रूपमा पुनर्स्थापना गर्न तथा क्षतिग्रस्त पूर्वाधार पुनर्निर्माण गर्न स्थानीय स्रोत र साधन मात्र पर्याप्त नभएको जनाएको छ ।

सहयोग गर्न चाहने व्यक्तिहरूका लागि गाउँपालिकाले प्रभु बैंकमा रहेको ग.७.२ ताराखोला गा.पा. स्थानीय तह प्रकोप व्यवस्थापन कोष खाता अन्तर्गत १६७०१०९८५१०००३३ नम्बरको खाता तथा क्यूआर कोडसमेत सार्वजनिक गरेको छ । गाउँपालिकाका अध्यक्ष धनबहादुर विकले आर्थिक सहयोगमार्फत बाढीपहिरो प्रभावित नागरिकको राहत, पुनर्स्थापना तथा क्षतिग्रस्त भौतिक संरचना पुनर्निर्माणमा सहयोग पुर्याउन आग्रह गर्नुभएको छ ।

साहित्य सिर्जना

गलकोट

– दिल साहनी

म सोंच्दछु
मलाई लाग्दछ
गल्कोट गल्कोटमा छैन
प्रथम विश्व युद्ध लडेको गल्कोट
द्वितीय विश्व युद्ध लडेको गल्कोट
हिजो लाहुर जान्थ्यो गल्कोट
इन्डिया बर्मा जान्थ्यो
देहरादुन भाक्सु अल्मोडा जान्थ्यो
जान त दिल्ली बम्बई मदरास पनि जान्थ्यो
काशी कलकत्ता कानपुर जान्थ्यो
तर पनि बढी त
आसाम गुवाहाटी तिनसुकिया शिलाङ जान्थ्यो
नागालैण्ड मणिपुर ऐजल जान्थ्यो
हुँदा हुँदा गल्कोट
मलाया हङकङ जान थाल्यो
बेलायत जान थाल्यो
अहिले त
गल्कोटका लागि
कतार कुवेत साउदी दुबई
मलसिया जापान कोरिया
पानी खानी पधेरो भएको छ
अमेरिका क्यानाडा अस्ट्रलिया युरोप
बसाइ सराइको नयाँ मुलुक भएको छ
पृथ्वीको जुन सुकै कुनामा गए पनि
गल्कोट भेटिने छ
गल्कोटको दर्शन गर्न पाइने छ
गल्कोट यत्र तत्र सर्वत्र छ
कहाँ छैन र गल्कोट
सिर्फ गल्कोट गल्कोटमा छैन ।

मायाको रङ

– भाव केशर बराल

तिमी नै हौ मेरो जीवनको रङ
तिमी छौ र रङ्गिएझैँ लाग्छ जीवन
तिमी छौ र फुलेझैँ लाग्छ सुनाखरी
तिमी छौ र फैलिएझैँ लाग्छ सुवास
तिमी छौ र त चलेझैँ लाग्छ बतास
नभए तिमी ओइलाउनेछ मखमली
र, सुक्नेछ एकाएक सागरको पानी ।

निकालेर तिमीभित्रका गुलाबी रङ
दलेपछि मेरा एकएक अङ्ग
तिम्रै रङमा मेरो जीवन बाँच्ने मन छ
निकालेर आफूबाट बहुरङ्गी सपना
दलेपछि तिम्रा एकएक अङ्ग
मेरै रङमा तिमी हाँसेको हेर्ने मन छ ।

तिमी नै हौ मेरो जीवनको चङ्गा
म फुर्र फुर्र खोल्दै जानेछु मनको धागो
तिमी भुर्र भुर्र उड्नू मनकै आकाशमा
तिमी चङ्गा म धागो
वा म चङ्गा तिमी धागो
सँगसँगै आकाश चुम्ने मन छ
आखिर धागोकै भरमा उड्दो रहेछ चङ्गा
र, चङ्गाले आकाशसम्म तान्दो रहेछ धागो
निकालेर फूलका पत्रपत्रबाट जीवनका रङ्ग
तिमी चङ्गा म धागो दुवै रङ्ग्याउने मन छ ।

तिमी नै हौ मेरो जीवनको इन्द्रेनी
जब वर्षन्छ मेरो मनको आकाश
र चम्किन्छ एकसाथ चम्किलो घाम
तब तिमी इन्द्रेनी बनेर आउछ्यौ आँखामा
झिमिक्क नगरी परेलीसम्म हेरिरहनूजस्तो
अथवा टपक्क टिपेर आँखाबाट
छातीमा चपक्क टाँसिरहनूजस्तो
चिम्म गरेर दुवै आँखाका डिल
भित्र कता हो कता ढुक् ढुक् गरिरहेको
मनको खोकिलामा लुकाएर तिमीलाई
मेरो हृदयको झन्कार सुनाउने मन छ ।

तिमी नै हौ मेरो जीवनको बत्ती
तिमी धप्प बल्दा बिलाउँछन् आँसीहरू
र, उदाउँछन् जूनजस्तै शीतल रातहरू
तिनै रातहरूसित तिमीमा हराउने मन छ
भावनाको स्पर्शले मुछेर मायाका रङ्गहरू
तिम्रो तन र मन निथ्रुक्क हुनेगरी भिजाउने मन छ ।

कांग्रेसको...

सभापतिमा दिपेन्द्र श्रेष्ठ, सचिवमा योगेश बहादुर भण्डारी, महिला सहसचिवमा हीमसीला खत्री कुँवर निर्विरोध चयन भएका छन। खुल्ला सहसचिवमा राजमान बुढा, सदस्यमा महिला सदस्यतर्फ भिम कुमारी कायत अदै, खुल्ला सदस्यमा दोर्ण छन्त्याल, हेमलाल खरेल, लिला बहादुर कुँवर, खुल्ला युवा सदस्यमा अम्मर खत्री निर्विरोध चयन भएका छन । त्यस्तै कार्यसमितिको समानुपातिक सदस्यमा दलित महिला सदस्यमा कमला रामदाम, दलित खुल्ला सदस्यमा पूर्ण विक, जनजाति महिला सदस्यमा शान्ती शेरचन, जनजाती खुल्ला सदस्यमा जिवन कुमार पुन मगर, खस आर्य महिला सदस्यमा सहनसीला केसी रायमाझी, खस आर्य खुल्ला सदस्यमा मन बहादुर आचार्य निर्विरोध चयन भएका छन । अधिवेसनले बागलुङ निर्वाचन क्षेत्र नं. २ बाट ४३ जना महाधिवेशन प्रतिनिधि निर्वाचित भएका छन ।

आगामी असोज १८ गतेदेखि २२ गतेसम्म काठमाडौंमा सञ्चालन हुने महाधिवेशनका लागि गलकोट नगरपालिकाबाट १६ जनासहित क्षेत्र नं. २ अन्तर्गतका विभिन्न पालिकाबाट ४३ जना महाधिवेशन प्रतिनिधि चयन भएका हुन ।

महाधिवेशन प्रतिनिधी चयन हुनेमा गलकोट नगरपालिकाका वीरजंग भण्डारी, हिम बहादुर भण्डारी, नर बहादुर पुन, मन्जेश बम मल्ल, मिना ताम्राकार, राधिका पुन, राम बहादुर खत्री, सुरेन्द्र बम मल्ल, तिलक घर्ती मगर, राम प्रसाद कडेँल, रेनुका काउचा, सुवास भण्डारी, पवन हमाल, हिरा भण्डारी, धना खड्काथोकी, राम बहादुर विक चयन भएकी हुन ।

ताराखोला गाउँपालिकाबाट भिम रोका मगर, बडीगाड गाउँपालिकाका गिता श्रीस, रण बहादुर भुजेल, कृष्ण बहादुर केसी, तिल बहादुर अधिकारी, माया कुमारी केसी, गण्डकी थापा अधिकारी, दिल बहादुर पुन, रफि मिया, ढोरपाटन नगरपालिकाबाट दिपेन्द्र श्रेष्ठ, दोर्ण कुमार कुँवर, अर्जुन शेरचन, देवेन्द्र कुमार घर्ती मगर, नरजंग घर्ती, दिलमाया पौवी, सोम बहादुर पौवी, ऋषिराम कर्डेल, ढालेन्द्र छन्त्याल, दिपक कुमार अदै, अशोक कुमार विक, निसीखोला गाउँपालिकाका खिम बहादुर कार्की, टेकराज पौडेल, तमानखोला गाउँपालिकाका झक बहादुर बुढा, जोकलाल बुढा, खिम बहादुर पुन, हिरा कुमारी छन्त्याल, चुडामणी छन्त्याल महाधिवेशन प्रतिनिधीमा निर्वाचित भएका छन।

रिघामा स्मृति सभा

गलकोटपत्र/हटिया

गलकोट नगरपालिका वडा नं. ११ रिघामा स्मृति सभा सम्पन्न भएको छ । राष्ट्रिय जनमोर्चाको आयोजनामा स्वर्गीय हेम प्रसाद पुनको २० औं स्मृति सभा रिघामा सम्पन्न भएको हो । कार्यक्रममा बोल्दै राष्ट्रिय जनमोर्चाका केन्द्रीय सदस्य बेदिलाल सापकोटाले पार्टीले गरिब, मजदुर र किसानका संघर्ष तथा समस्यालाई निरन्तर उठाउनुपर्ने बताउदै श्रमजीवी वर्गको अधिकार, सामाजिक न्याय तथा समानताका लागि पार्टीले आफ्नो आवाज अझ सशक्त बनाउनुपर्नेमा जोड दिए ।

उनले राष्ट्र र राष्ट्रियताको संरक्षणका लागि सबै सचेत नागरिक एकजुट हुनुपर्ने बताउँदै राष्ट्रिय स्वाधीनता र सार्वभौमिकताको पक्षमा दृढ भएर उभिनुपर्ने धारणा राखेका थिए ।

उक्त अवसरमा पार्टीका जिल्ला सदस्य तथा नगर सचिव पदम श्रेष्ठ, सानो रिघा आधारभुत विद्यालयका प्रधानाध्यापक नरेन्द्र पुनले मन्तव्य राखेका थिए । कार्यक्रम राष्ट्रिय जनमोर्चा गलकोट नगरपालिका ११ का अध्यक्ष भक्तिराम पुनको अध्यक्षता, सहसचिव रण बहादुर थापाको स्वागत र सचिव दल बहादुर बुढाथोकीको सञ्चालनमा सम्पन्न भएको थियो ।

रिघामा विशेषज्ञ स्वास्थ्य शिविर

गलकोटपत्र हटिया

गलकोट नगरपालिका वडा नं. ११ मा नसर्ने रोगको नि:शुल्क स्क्रिनिङ तथा विशेषज्ञ स्वास्थ्य शिविर सम्पन्न भएको छ ।

गलकोट नगरपालिकाको आयोजनामा नसर्ने रोगको नि:शुल्क स्क्रिनिङ तथा विशेषज्ञ स्वास्थ्य शिविर गलकोट नगरपालिका वडा नं. ११ रिघामा सम्पन्न भएको हो ।

१ सय ९१ जनाले स्वास्थ्य सेवा लिएको शिविरमा ७७ जनाले आयुर्वेदिक सेवा र १ सय ६४ जनाले प्रयोगशालामार्फत नसर्ने रोगअन्तर्गत विभिन्न स्वास्थ्य परीक्षण गराएको गलकोट नगरपालिकाका हेल्थ असिस्टेन्ट डिल्लीरमन पुनले बताए ।

शिविरमा महिलाहरूको पाठेघरको मुखको क्यान्सरसम्बन्धी परीक्षण तथा डेन्टल सर्जनमार्फत दाँतको स्वास्थ्य परीक्षणसमेत गरिएको थियो ।

नगरपालिकाले आगामी दिनमा पनि नागरिकको स्वास्थ्य आवश्यकतालाई ध्यानमा राख्दै विभिन्न स्वास्थ्यसम्बन्धी कार्यक्रम तथा शिविर सञ्चालन गर्ने जनाएको छ ।

सो अवसरमा गलकोट नगर अस्पतालका प्रमुख डा.राजेश पौडेलले मन्तव्य राखेका थिए।

पछिल्लो समय नसर्ने रोगको जोखिम बढ्दै गएकाले समयमै स्वास्थ्य परीक्षण गराई आवश्यक उपचार तथा परामर्श लिन नागरिकलाई आग्रह गरिएको छ ।

कार्यक्रम गलकोट नगरपालिका वडा नं. ११ का वडा अध्यक्ष डम्मर बहादुर श्रीसको अध्यक्षता र रिघा स्वास्थ्य चौकीका प्रमुख लक्ष्मी घर्ती श्रीसको सञ्चालनमा सम्पन्न भएको थियो

बाढीपीडितलाई कृषकको सहयोग

गलकोटपत्र/हटिया

गलकोट नगरपालिका वडा नम्बर ११ रिघामा श्रद्धाञ्जली सभा सम्पन्न भएको छ ।

नेपाली कम्युनिष्ट पार्टी गलकोट नगरपालिका वडा नं. ११ वडा समितिको आयोजनामा नेपाली कम्युनिष्ट पार्टी वडा नं. ११ का सल्लाहकार सदस्य खिम बहादुर बि.क, वडा पार्टी समितिका सदस्य पदम बहादुर बिकका आमा तिल कुमारी बि.क.को छैठौं दिनको पूण्य तिथिको अवसरमा श्रद्धाञ्जली सभा सम्पन्न भएको हो ।

कार्यक्रममा जिल्ला समन्वय समिति सदस्य नारायण घर्तीले स्वर्गीय बिक प्रति श्रद्धाञ्जली मन्तव्य व्यक्त गर्दै शोकसन्तप्त परिवारजनमा समवेदना व्यक्त गरेका थिए । कार्यक्रमका क्रममा पार्टीका नेता तथा कार्यकर्ताहरूले दिवंगत व्यक्तिको योगदानलाई सधैँ स्मरण गरिरहने प्रतिबद्धता व्यक्त गरेका थिए ।

कार्यक्रम नेपाली कम्युनिष्ट पार्टी वडा नं. ११ का पार्टी संयोजक तिल बहादुर श्रीसको अध्यक्षता र सचिव पूर्णबहादुर थापाको सञ्चालनमा सम्पन्न भएको थियो । स्वर्गीय बिकको गत असोज ७ गते ९५ वर्षको उमेरमा निधन भएको थियो ।

घुम्टे आविमा विद्यार्थीको प्रतियोगिता

गलकोटपत्र/ हटिया

घुम्टे आधारभुत विद्यालय गलकोट नगरपालिका वडा नं. ५ मा शुक्रबारिय अतिरिक्त क्रियाकलाप सम्पन्न भएको छ । विद्यार्थीको शैक्षिक क्षमतामा वृद्धि गर्ने उद्देश्यले विद्यालयमा आज कक्षा ४ र ५ को मेमोरी टेस्ट प्रतियोगिता सम्पन्न भएको हो प्रतियोगितामा हिमशिखा पाईजा प्रथम, प्रियासा थापा द्वितीय र विप्लव भण्डारी तृतीय भएको विद्यालयका सूचना अधिकारी सम्झना थापाले जानकारी दिइन । कार्यक्रम विद्यालयका निमित्त प्रधानाध्यापक जानकी उप्रेती बुढाथोकीको अध्यक्षता र शिक्षक बाटुला ढकालको सञ्चालनमा सम्पन्न भएको थियो ।

☎ ०६८४१२१११

गलकोट नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
गलकोट, बागलुङ
गण्डकी प्रदेश, नेपाल

प.सं.:०८३/८४
च.नं.
मिति: २०८३/०६/१३

बाढी तथा विपदवाट प्रभावित नगरवासीहरूमा गलकोट नगरपालिकाको हार्दिक अपिल ।

मिति २०८३ असोज ९ देखि ११ गतेसम्मको अविरल वर्षाका कारण आएको बाढी, पहिरो तथा हावाहुरीबाट गलकोट नगरपालिकाका विभिन्न क्षेत्रमा पशु चौपाया व्यव्यसाय सहित ठूलो धनको क्षति भएको छ। विशेषगरी दरमखोलामा आएको बाढीबाट वडा नं. ३, ५, ६, ७, ८, ९ र ११ का नदी आसपासका आवासिय घर, बस्ती, खेतबारी तथा अन्नवालीमा ठूलो क्षति पुगेको छ साथै वडा नं. ९ को वडाकार्यालय भवनसमेत बाढीले पूर्ण रूपमा बगाएको छ।

त्यसैगरी, हावाहुरीले वडा नं. १० र ११ का लगायतका विभिन्व स्थानमा घर गोठमा ठुलो क्षति पुऱ्याएको छ साथै नगरका विभिन्न स्थानमा हावाहुरीले घर तथा संरचनामा क्षति पुऱ्याएको, पहिरोले घर, सडक तथा खानेपानी लगायतका आधारभूत संरचना बगाएको र अन्य भौतिक तथा कृषि क्षेत्रमा समेत क्षति पुगेको छ।नगरपालिकाका सम्पूर्ण कर्मचारीहरूलाई वडा नं. १ देखि ११ सम्म परिचालन गरी संकलन भएको छ साथै अन्य क्षतिको विवरण आउने क्रम जारी क्षतिको स्थलगत विवरण संकलन गरिएको छ। केही स्थानमा विद्युत तथा इन्टरनेट सेवा सञ्चालनमा आए पनि केही क्षेत्रमा अझै अवरुद्ध रहेको अवस्था छ ।विद्युत इन्टरनेट र खानेपानी संचालनका लागि निरन्तर पहल भइरहेको छ ।

यस विषम परिस्थितिमा, सम्पूर्ण नगरवासीमा धैर्य, संयम र उच्च सतर्कता अपनाउन हार्दिक अनुरोध गर्दछौं। संकलित यथार्थ क्षतिको विवरणका आधारमा प्रभावित परिवारलाई यथासक्य राहत उपलब्ध गराएका छौ । सबै वडामा यातायात संचालन आवश्यक पहल गरेका छौ ।साथै, यस कठिन परिस्थितिमा प्रभावित सम्पूर्ण नगरवासीप्रति गलकोट नगरपालिका गहिरो सहानुभूति व्यक्त गर्दै, उद्धार, राहत, पुनःस्थापना तथा पुनःनिर्माणका सम्पूर्ण कार्यमा नगरपालिका निरन्तर साथमा रहने प्रतिबद्धता व्यक्त गर्दै यहाँहरूको निरन्तर साथ सहयोगको अपेक्षा गर्दछौ ।

भरत शर्मा गैरे
नगर प्रमुख

"कृषि, पर्यटन, जलश्रोत, स्थानीय सीप र पूर्वाधारः समृद्द गल्कोट निर्माणको मूल आधार"
galkotmunicipality@gmail.com|facebook.com/hellogalkot|Twitter.com/hellogalkot|www.gallkotmun.gov.np

सुरक्षित यात्रा गरौं

- यात्रा गर्दा सवारी साधनको अवस्था जाँच गरौं,
- चालकले तोकिएको गति र सीमाको पूर्ण पालना गरौं,
- मोटर साइकलमा हेल्मेट तथा चार पाङ्ग्रे सवारीमा सिटबेल्ट अनिवार्य प्रयोग गरौं,
- मादक पदार्थ सेवन गरी सवारी नचलाऔं,
- सवारी चलाउँदा मोबाइल फोनको प्रयोग नगरौं,
- क्षमताभन्दा बढी यात्रु नचढौं/नचढाऔं,
- लामो यात्रा गर्दा सवारी चालकले आवश्यक विश्राम लिने गरौं,
- सडक तथा मौसमको अवस्था हेरी सावधानीपूर्वक यात्रा गरौं ।

सुरक्षित यात्राको लागि ट्राफिक नियमको अनिवार्य पालना गरौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

गलकोट सूचना तथा सञ्चार सहकारी संस्था लिमिटेडद्वारा प्रकाशित गलकोटपत्र साप्ताहिकका लागि : अध्यक्ष-विरेन्द्र श्रेष्ठ, सम्पादक- दिनेश पन्त, व्यवस्थापक- शर्मिला रोका मगर, कार्यकारी सम्पादक-वीरबहादुर चोखाल (९८५७६२५४४५)
कम्प्यूटर- सुमित कुँवर, ९८५७६२२३७२, कार्यालय : गलकोट नगरपालिका-३, हटिया, फोन नं.: ०६८-४१२०४२, ४१२०४३, ईमेल-galkotpatra@gmail.com, मुद्रण: नमुना अफसेट प्रेस, बागलुङ