

ADMISSION OPEN
For Grade
XI & XII
Science & Management
LAHAN PARAGON PUBLIC SCHOOL
Hospital Chowk Lahan, Siraha
Contact : Principal 9852830551

लहानपोस्ट

LAHANPOST DAILY

वर्ष : ०१ अंक : ६६ पृष्ठ : ४ २०७७ असोज ३ गते शनिबार (Saturday 19 September 2020) www.lahanpost.com मूल्य रु. ५१-

FOLLOW US facebook: lahanpost YouTube : lahanpost twitter : lahanpost instagram : lahanpost

शनिबार विशेष

हरायो पशुपालन, घट्यो कृषि उब्जनी



दशकअघि सम्म दुई सय भन्दा बढी वस्तुभाउले गोठ भरिभराउ हुन्थ्यो । दुधालु गाई र भैसी नै २५ भन्दा बढी । घरमा दुध र दुग्धजन्य घ्यू, दही, मोही, खुवा अटुट हुन्थ्यो । परपाहुनाको स्वागत दुध, दही, मोहीबाट हुन्थ्यो । वस्तुभाउ चरनका लागि दुई ठाउँमा कामत नै राखिएको थियो । ब्रगेल्ती वस्तुभाउ हेरालु ।

त्यही पशुपालन अहिले विगत बन्यो । गोठ हेरेर चित्त बुझाउँछन् सिरहा सखुवानकारकट्टी गाउँपालिका-२ सोटियाइनका ८१ वर्षीय बालकृष्ण यादव । सोटियाइन कामतमा अहिले पनि दुई गोठ छँदैछ । तर गोठमा भरिभराउ वस्तुभाउ छैनन् । त्यति ठूलो दुई गोठमा दुई वटा दुधालु गाई बचेका छन् 'दुमो' । दशकअघि सम्म घरपुरने परपाहुनालाई दुधले स्वागत गर्थे । तर अहिले उनी कालो चियाले स्वागत गर्छन् ।

विगत सम्फदै मैथिलीमा उनले भने, 'अखुन ओइ जमाना नइरहलै, गाय, मालजाल पोसेबाला समय नइरहलै अर्थात पहिलाको जमाना अहिले रहे, वस्तुभाउलाई (मालजाल) भनिन्छ पाल्ने समय रहेन । बालखैदेखि वस्तुभाउको दुध, दही खाएर बुढ्यौली टेकेका बालकृष्णले दुधका लागि दुई वटा गाई अहिले त्यही गोठमा पालेका छन् । त्यही गाईले कहिलेकाही दुध नदिदा आफै पनि दुधबाट बञ्चित हुन्छन् । गोठभरि वस्तुभाउ हुँदा गोठाले देखि खेतीपाति रेखदेख गर्ने १५ भन्दा

बढी काममा दैनिक खटिने तैनाथि हुन्थे । खेतीपाति रेखदेख गर्न कारी यादव म्यानेजर नै नियुक्त थिए । बालकृष्णको सुरक्षा र हेरचाहका लागि सन्दु मियाँ र राम नारायण यादव दुई खलिफा तैनाथी रहन्थे । पहलमानलाई खलिफा भनिन्छ । बलवान खलिफा छानेर रोजगारी दिइन्थ्यो । उनीहरूको मासिक तलब तोकिन्थ्यो ।

तीन छोरा र दुई छोरी पत्नी, सहित बालकृष्ण गोठाले, खलिफा र कामदारबीच राजसी ठाटमा जीवन जीँथे । ४५ बिघा जमिनको खेतीपाति ओसार पसार र मलजल लगाउन दुइटा बयलगाडा थिए । २०६० सालमा पत्नी देव कुमारीको देहान्त भएपछि अहिले बालकृष्ण गोठ भएको कामत नजिकैको चुना र सिमेण्ट जडित पुख्र्यौली घरमा सहयोगी ७० वर्षीय अशिष यादवसहित दुई जना बस्छन् । जेठो छोरा अनिल रिटार्यड प्राध्यापक, माहिला सुनिल प्रहरी नायव निरीक्षक र कान्छो अरुण इन्जिनियर बाहिर अशिषका भरमा छन् ।

दुई दशकअघि सम्म गोठभरि वस्तुभाउ हुनेलाई जमिन्दार कहलिन्थ्यो । खेतीपातिका लागि जमिन प्रशस्त हुनेले वस्तुभाउ धेरै पाथे । कारण, खेतीपाति र कृषि उब्जनीका लागि पहिला वस्तुभाउको गोबर मल प्रयोग गरिन्थ्यो । गोठको वस्तुभाउ हेरेर सम्पन्नताको मापदण्ड कोरिन्थ्यो, लख काटिन्थ्यो । बालकृष्णका बुबा नथुनी तीन दाजुभाई थिए । जग्गा १३५ बिघा । २०१८ सालमा बुबाहरूबीच अंशवण्डा भयो । बालकृष्णका बुबा नथुनीको

भागमा ४५ बिघा जमिन पन्यो । त्यति धेरै जमिनमा खेतीपाति गर्न बुबा नथुनीकै पालादेखि दुई सय भन्दा बढी वस्तुभाउ पालेका थिए । भागवण्डामा ७५ भन्दा बढी वस्तुभाउ रहे । विगत सम्फदै बालकृष्ण भन्छन्, 'पशुपालन जमिन र खेतीसँग जोडिएको थियो । त्यसैले वस्तुभाउ पालन अनिवार्य थियो ।'

खेतीपातिकै लागि पनि भागवण्डामा रहेको ७५ भन्दा बढी वस्तुभाउ पालेको उनले सुनाए । त्यही वस्तुभाउको गोबर मल प्रयोग गरी खेती गरिन्थ्यो । वस्तुभाउको गोबर मलले दुई सय मन भन्दा बढी एक फसलमा धान उब्जनी हुन्थ्यो । गोबर मलले धान, गहुँ, तोरी, मकै, दलहन खेती धेरै उब्जन्थ्यो । जमिन जोत्नदेखि बयलगाडामा फसल मित्र्याउन गोरु वस्तुभाउ प्रयोग हुन्थ्यो । धान बित्री गर्न काठद्वारा निर्मित गाडामा भारतको जयनगर पुन्याउन बयल (गोरु) प्रयोग हुन्थ्यो । बालकृष्णका अनुसार हरेकको गोठमा त्यो बेला वस्तुभाउ भरिभराउ हुन्थे । वस्तुभाउ नभएको घर नै भेटिन्थ्यो । कृषि मजदुरलाई जमिनबाट उब्जिएको अन्न पारिश्रमिक दिइन्थ्यो । खानामा दुध, दही, मोही । ती सबै पशु पालनले थेंथे । जमिन धेरै र कृषि उब्जनी धेरै हुँदा आम्दानी बढ्ने र घरमा चोरी डाँका रोक्नसँगै व्यक्तिगत सुरक्षाका लागि खलिफा राखिन्थ्यो । खलिफालाई रकमको साटो त्यही अन्न मासिक पारिश्रमिकस्वरूप दिइन्थ्यो । भण्डै एक दशक यता परिस्थिती परिवर्तित भएको छ, बालकृष्ण भन्छन्,

'खेतीपाति हास आएको छ, खेतीपाति गर्ने युवा शक्ति खूडीमुलुक हानिएका छन्, खेतीपाति नै हुनछाडेपछि पशुपालन नै हरायो । खेतीपाति हुन छाडेपछि पाँच वर्ष अघि बालकृष्णले म्यानेजर कारी, खलिफा सन्दुलाई बिदावारी गरिदिए ।

कृषिमा खटिने जनशक्ति नभएकै कारण उनले पशुपालन छाडिदिए । उनको ४५ विघा जग्गामध्ये अहिले १० विघामात्र जग्गा छ । अन्य बित्री गरिसके । १० विघा मध्ये पनि ८ विघा जग्गा विल्ट्टु यादव, घुरन, सोतिलाल, नथुनी, गंगई यादव, इन्द्रदेव सदाय, दुलारी खातुनलाई अधियामा खेतिको जिम्मा दिएका छन् । दुई विघा सहयोगी अशिष र कृषि मजदुरीको सहारामा आफुलाई खानका लागि खेति गरेका छन् । अहिले गोबर मलको विकल्पमा बजारबाट खरिद गरेको रसायनिक मलको प्रयोग गरी खेति गर्दैआएका उनी बजारको मलले उत्पादन राम्रो नभएको सुनाउँछन् । 'रसायनिक मलले जमिनको उर्वराशक्ति नै नष्ट गर्दो रहेछ,' उनले भने, 'गोबर मलले उब्जनी बर्सेनि बढ्थ्यो, रासायनिक मलले बर्सेनि उत्पादन घट्दो छ । खेतीमा रसायनिक मल र जोत्न ट्याक्टर प्रयोगले खेतीलाई नष्ट गरेको उनले अनुभव सुनाए ।

२०३८ देखि २०४६ सम्म दुई पटक प्रधानपञ्च र २०४९ देखि दुई पटक तत्कालिन सोटियाइन गाविसका अध्यक्ष समेत भइसकेका बालकृष्ण भन्छन् 'पशुपालन हरायो, खेतीपाति मुज्जियो । बालकृष्ण मात्र होइन सोटियाइनकै ७९ वर्षीय सत्य

नारायण यादवको गोठमा समेत एक दशकअघि सम्म वस्तुभाउ भरिभराउ हुन्थ्यो । गाई, भैसी, गोरु, बाछा बाछी, पाडा पाडीले गोठ भरिएको थियो । तर अहिले उनको गोठमा एउटा दुधालु भैसी र गाई मात्र भेटिन्छ । बालकृष्ण र सत्य नारायण मात्र होइन तत्कालीन जिल्ला पशु सेवा कार्यालय सिरहाको ५ वर्षअघिको वस्तुभाउको तथ्यांकलाई हेर्ने हो भने गाई, गोरु, बाछा बाछीको कुल संख्या २ लाख ५४ हजार ४ सय ७७ वटा उल्लेख छ । त्यसैगरी भैसी, रागा, पाडापाडी १ लाख ४५ हजार ४ सय ४३ वटा तथ्यांकमा उल्लेख छ ।

भेटेनरी अस्पताल तथा पशु सेवा विज्ञ केन्द्र सिरहाको आर्थिक वर्ष २०७५/०७६ को तथ्यांक अनुसार पशु पालन दर जिल्लामा घट्दो छ । तथ्यांक अनुसार जिल्लामा गाई, गोरु, बाछा बाछीको संख्या ८९ हजार ४ सय ४६ मा सीमित भएको छ । त्यसैगरी भैसी, रागा, पाडापाडीको संख्या ९२ हजार १ सय ३० उल्लेख छ । केन्द्रका

बाँकी ३ पेजमा

मित्री पृष्ठमा

सलहेस गीति-नाट्य, गाथाक श्रोत, ऐतिहासिक परिक्षण आ काल-निर्णय

पेज २ मा

संघीयतामा

सुशासन

स्तम्भ : पालिका बहस

पेज ४ मा

गणेशमान स्मृति दिवस मनाइयो

लहान । विभिन्न कार्यक्रम गरि देशभर लौह पुरुष गणेशमान सिंह स्मृति दिवस मनाइएको छ । लौह पुरुष गणेशमान सिंहको २३ औं स्मृति दिवसको अवसरमा लहानमा पनि कांग्रेस नेता तथा कार्यकर्ताहरूले फलफूल वितरण लगायत विभिन्न कार्यक्रम गरि दिवस मनाएका छन् ।

दुर्घटनामा वृद्धाको मृत्यु

सिरहा । मोटरसाइकल दुर्घटनामा सिरहामा एक वृद्धाको बिहीबार मृत्यु भएको छ । जिल्ला प्रहरी कार्यालय सिरहाका अनुसार पूर्व-पश्चिम राजमार्ग अन्तर्गत सिरहाको गोलबजार नगरपालिका-४ निपाने चोक नजिक स. ६ प ६४०३ नम्बरको मोटरसाइकल दुर्घटना हुदा नरहा गाउँपालिका-४ लालभित्तियाकी ७० वर्षीया सेनावती यादवको मृत्यु भएको हो । दुर्घटनामा घाइते यादवको उपचारका लागि लैजादै गर्दा बाटैमा मृत्यु भएको थियो ।

वृहत लोकतान्त्रिक मोर्चा गठन

लहान । तराई मधेस वृहत लोकतान्त्रिक अभियान सुरु गर्न तराई मधेस वृहत लोकतान्त्रिक मोर्चा गठन गरिएको छ । मोर्चामा नेपाल सदभावना पार्टी, मुस्लिम जनशक्ति पार्टी, विश्वहिन्दु परिषदका व्यक्तिहरू आबद्ध छन् । केही दिनअघि जनता समाजवादी पार्टी (जसपा) बाट निस्कासित गरिएकी पूर्व सांसद सरिता गिरिको संयोजकत्वमा मोर्चा गठन भएको हो । मोर्चाले पहाड र मधेस अलग अलग दुई प्रदेश हुनुपर्ने माग राख्दै अभियान चलाउनुका साथै आन्दोलनमा जाने संयोजक गिरिले जानकारी दिइन् ।



फ्रेंड्स मोडल हस्पिटल, लहान-३

(शिव मन्दिरको उत्तरपट्टि रघुनाथपुर)

हाम्रो सेवाहरू

NICU सहितको प्रसुति सेवा

२४ औं घण्टा इमरजेन्सी सेवा

डाक्टरहरू

बालरोग विशेषज्ञ **डा. वृजेन्द्र यादव**

मधुमेह, प्रेसर **डा. ल्युस्युन यादव**

प्रसुति रोग विशेषज्ञ **डा. विरेन्द्र यादव**

चौबटिया

कविता :- "साइनोको ऐना"



अर्जुन प्रसाद गुप्ता 'दरिला' कवि तथा गीतकार

मन भुलाउने यो संसारमा, दिलाशाका थुप्रै प्रकारहरु हेर्दा, यहीं कतै अल्मलिन मन लागे पनि, कता कता के केको डर, मेरो मनभित्र डेरा लिन लागेको छ, मानौं सूर्य अस्ताई औंसीको कालो रात, घंघोर अन्धकारको साम्राज्य फैलाउला जस्तो, एक हात पर हेर्न असमर्थ होला भैं, निरर्थक कदम बाटो बिराउला कि, आँखैले ठम्याउन नसकेको बाटो बदलिएला कि,

जानुपर्ने कता कहीं अनै गइएला कि, सोच्दा सोच्दै हेर सूर्य त अब अस्ताउनै लाग्यो, विरान ठाउँको रमणीय मेला भर्न आएको, म मान्छेलाई बास खोज्दाको हतार, घर घर जान्छु आफन्त खोज्छु, भेटी नरहेको त्यो बस्तीमा, एक छिन मन अतालिनन्छ, तै खोज्दै जाँदा खोई कुनी कताबाट, एउटा साइनो चिच्याउँदै हतारिएर, मतिरै आयो तर अल्मलियो, कुन साइनो गाँस, म विरान बस्तीको विरानो मान्छेसँग, गाँसिने साइनो अस्थायी त होला नि, मेरो मनले पनि ठम्याई रहेको बेला, अन्यासै एउटा साइनो, अस्थायी साइनो, गाँसी त हाल्यो, म पनि अपत्यारो दृष्टिले हेरी रहें, एक टक हेरी रहें, मानौं बेहोस भएँ, ऊ त्यो साइनो कति बेला छुट्टिई, गइसकेको भानै भएन, त्यो साइनोलाई खोजिरहेको बेला, फेरि अर्को साइनो, खोई कताबाट मतिरै हतासिएर आए, फेरि म पूर्व स्थितिमा ट्वाल्ल हेरी रहें, मानौं फेरि बेहोस भएँ, यही स्थिति दोहरिदै परिस्थिति फेरिदै रहे, अनि त्यो औंसीको रात, कालो रात, एक हात नदेखिने रात, निकै लामो रात, विरान बस्तीमा, घरबास विहिन, म विरानो मान्छेसँग, जोडिने साइनो, भुठफुसको साइनो एउटा ऐना भएर आउँछ, जिस्काएर जान्छ, मलाई बोहोलाएर जान्छ, त्यहि ऐनिभित्र साइनो खोज्दा खोज्दै, भनक्क रिस उठ्दछ, अनि फेरि मेरो बेहोसीमै हो क्या रे, सीसा फुटेको आवाज आउँछ, होसमा आउँदा त, त्यो साइनोको सीसा रहेछ, त्यो साइनोको सीसा फुटि सकेको रहेछ ।

कोरोना भाइरस संक्रमण सम्बन्धी अत्यन्त जरूरी सूचना

कोरोना भाइरसबाट बच्ने उपायहरू :

क) भिडबाट बच्ने । ख) हिड्डुल गर्दा माक्सको प्रयोग गरौं । ग) साबुन पानीले नियमित हात धोउं । घ) एक आपसमा अभिवादन गर्दा नमस्ते गरौं र भौतिक दूरी कायम राखौं । ङ) खोक्दा वा हाच्छु गर्दा अगाडीको व्यक्तिको विपरित दिशामा आफ्नो मुख छोपौं । च) रोग संक्रमण लागेको शंका लागेमा नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गरौं । छ) दैनिक रूपमा पानी तताएर मात्र प्रयोग गरौं । ज) कोरोना भाइरसको संभावित जोखिमबाट बच्न कुनै किसिमको ठूलो सभा, जुलुस, मेला, आदि नगर्न नगराउनको लागि अनुरोध छ ।

बरियारपट्टी गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा

कोरोना भाइरस संक्रमण सम्बन्धी अत्यन्त जरूरी सूचना

कोरोना भाइरसबाट बच्ने उपायहरू :

क) भिडबाट बच्ने । ख) हिड्डुल गर्दा माक्सको प्रयोग गरौं । ग) साबुन पानीले नियमित हात धोउं । घ) एक आपसमा अभिवादन गर्दा नमस्ते गरौं र भौतिक दूरी कायम राखौं । ङ) खोक्दा वा हाच्छु गर्दा अगाडीको व्यक्तिको विपरित दिशामा आफ्नो मुख छोपौं । च) रोग संक्रमण लागेको शंका लागेमा नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गरौं । छ) दैनिक रूपमा पानी तताएर मात्र प्रयोग गरौं । ज) कोरोना भाइरसको संभावित जोखिमबाट बच्न कुनै किसिमको ठूलो सभा, जुलुस, मेला, आदि नगर्न नगराउनको लागि अनुरोध छ ।

धनगढीमाई नगरपालिका कार्यालय, सिरहा

सलहेस गीति-नाट्य, गाथाक श्रोत, ऐतिहासिक परिक्षण आ काल-निर्णय

लगभग सम्पूर्ण मिथिलामे सलहेस गाथा, सलहेस गीति-नाट्य आ ओहि आधारपर सम्पूर्ण पात्रसभक कल्पना करैत प्रत्येककै माटिक मूर्ति आ चित्र निर्माणक सूचना आ सलहेस गीति-नाट्य मंचनक समाचार प्राप्त होइत रहैत अछि । प्राचीन ऐतिहासिक कालसँ मिथिलामे आर्यजातिक द्विजगण-ब्राह्मण, क्षत्रीय तथा यदुवंशी आदि भी अत्यन्त रूढीवादी-सामन्ती व्यवस्थाक नायकसब ग्रामीण समाजमे अपन दबाव आ डर कायम केने छलैक । राज्यक प्रत्येक भूगोलिक अङ्गग्राम, नगर आ राजधानीमे आर्थिक कार्यविभाजनक प्रयासस्वरूप हिन्दू समाजमे वर्णाश्रम व्यवस्थाक (वर्णाश्रम स्थितिक) चतुर्वर्ण आ अठारह जाति (ई.सं. ४८५क थानकोट काठमाण्डूक लिच्छवी अभि- 'जयपल्लिका' ग्रामे निवासोपगातान् ब्राह्मण-साष्टादशप्रकृतीन) आ पाछौं छतीस जातिक व्यवस्था कायम भेल । एहि चतुर्वर्ण (ब्राह्मण, क्षत्री, वैश्य तथा शूद्र) मे प्राचीन अनार्यजातिक सभ समूहकै शूद्र जातिमे राखि कऽ ओकर श्रमशोषण आ सामाजिक अवहेलना-अपमान भेल छलैक । एहि सामाजिक कूव्यवस्थाक विरुद्ध मिथिलाक शूद्र जातिक (प्रस्तर कालक कोच, भील, किरात, नाग, डोम, चमार, मुसहर, डोय, दुसाध, खतवे, पासवान, वनजारा, मधैयाडोम, राजवंशी आदि अनेक कथित निचलावर्गक) विद्रोहक परिसूचक थिक सलहेस लोककथा । मिथिलाक विभिन्न जातिक विवरण सिमरौनगढक कर्णाटकी राजा हरिसिंह देवक मंत्री ज्योतिरिश्वरक लिखल 'वर्ण रत्नाकर'(१३हम चौदहम शताब्दिक पूर्वाध) मे भेटैत अछि ।

एहि कथानकक नायक सलहेस दुसाध जातिक छल, जे सम्पूर्ण पिछडल जातिक प्रतिनिधित्व करैत छैक । सलहेस कथा आ चरित्रमे मिथिलामे व्याप्त राजपूत-क्षत्रीजैको वीरता, राजद्रोह, युद्ध तत्परता, लैला-मजनु आ कृष्ण-गोपीगणसनक प्रेम, रासलीला, विरह, अन्तर्जातीय विवाह, बहुविवाह, नट-नटिनरूपे ग्रामीण गीति-नाट्य, नाटक, चुहराक-चरित्रमे चोर आ दुष्टक चित्रण, मोतिराम,

बुधेसर आ अङ्गक केवला किरातमे मिथिलाक पहलवानक चरित्रक प्रतिनिधित्व भेल छैक । एहिसँगे एहि कथानकद्वारा मिथिलाक अपार आ विविध प्राकृतिक सम्पदासब-पहाड, वन जङ्गल, फलफूलक

तारानन्द मिश्र

पूर्णमा-सहर्ष-मुगेर-भागलपुर क्षेत्रमे विस्तार भेल छलैक । विग्रहपाल तृतीयके एकटा ताम्रपत्र वनगाउँ आ मण्डन मिश्रक गाम महिषी धेपुरा नदीक पूर्व किनारक महत्वपूर्ण भग्नावशेष जतऽ पहिने रजत, आहत मुद्रा (silver punch-Marked coins, 3rd-2nd B.c) प्राप्त भेल छलैक, ओहि ठामसँ भेटल एकटा ताम्रपत्र लेखमे 'तीरभुक्तिक होद्रेविषय (जिला)' ओहिठाम हुनक स्कन्धावार (राजदरबार) के उल्लेख छैक । महिषी, वनगाउँसँ पालकालक दुर्गा, गणेश, तारा आदि अनेक पालमूर्तिसब प्रीत भेल छैक । धरानक पिण्डेश्वर महादेव मन्दिरसँ पाल कलाशैलीक दुर्गा मूर्ति भेटल छलैक । एकरसँगे मिथिलाक दक्षिण-पश्चिम सीमा गण्डक पारक गोरखपुरतक विस्तार भेल छलैक । ई विस्तार चम्पारणसँ पूर्वमे बागमतीधरिक शासन ओइनवारवंशी राजा पृथ्वी सिंह, शक्ति सिंह (P.L.Gupta, coins, 167-168), हुनक युद्ध आ शतपथ ब्राह्मण(१-४-१), बौद्धग्रंथ मज्झिम निकायमे वर्णित राजा विदेध-माथव आ अग्निवैश्वानरक नेतृत्वमे आनार्यजनक ऊपर आर्यक विजय अभियानक पश्चात कोसी, गण्डकी, गङ्गा-हिमालय पर्वतक पादभागमे प्रथम आर्य देश विदेह-मिथिलाक लगभग १०००-१२०० ई.पूर्वमे निर्माणक सन्दर्भ स्मरणीय अछि । मिथिला-मगध क्षेत्रको मनु आ बौधायनकालमे जम्बुद्वीपक मध्यदेश (मदेश), मज्झिम प्रदेश (बौद्ध त्रिपिटक, जातक अदिमे) आ आर्यवर्त प्रदेशक बाहर कहल गेल छैक । आर्य प्रदेशक सीमा तखनतक कुरुक्षेत्रसँ प्रयाग-वाराणसीधरि मात्र छलैक । पाछौं कुरु आ पाञ्चाल क्षेत्रक बहुत संख्यामे आर्यलोकनिके, खास कऽ ब्राह्मणसभके जनकवंशी राजासभ ओकरवाद गुप्त राजासभ जमीन दान दऽकऽ स्थायी रूपे बसौने छलखिन । लेकिन बुद्ध कालमे मध्यप्रदेशक सीमा पूर्व बङ्गाल (कनंगल) तक विस्तृत भेलैक । महावग्ग, (५, पृ.१२-१३) आ दिव्यावदान, (पृ.१२-१३) एहि

सीमाके पुण्ड्रवर्धन तक मानैत छैक (law, Geog of Ancient Buddhism, 1979,2) । बङ्गाल-बिहारक पाल राजाक कालमे मिथिलाक सीमा कोशी-गङ्गाक पार प्रदेश मोरंग पूर्णिमा-सहर्ष-मुगेर-भागलपुर क्षेत्रमे विस्तार भेल छलैक । विग्रहपाल तृतीयके एकटा ताम्रपत्र वनगाउँ आ मण्डन मिश्रक गाम महिषी धेपुरा नदीक पूर्व किनारक महत्वपूर्ण भग्नावशेष जतऽ पहिने रजत, आहत मुद्रा (silver punch-Marked coins, 3rd-2nd B.c) प्राप्त भेल छलैक, ओहि ठामसँ भेटल एकटा ताम्रपत्र लेखमे 'तीरभुक्तिक होद्रेविषय (जिला)' ओहिठाम हुनक स्कन्धावार (राजदरबार) के उल्लेख छैक । महिषी, वनगाउँसँ पालकालक दुर्गा, गणेश, तारा आदि अनेक पालमूर्तिसब प्रीत भेल छैक । धरानक पिण्डेश्वर महादेव मन्दिरसँ पाल कलाशैलीक दुर्गा मूर्ति भेटल छलैक । एकरसँगे मिथिलाक दक्षिण-पश्चिम सीमा गण्डक पारक गोरखपुरतक विस्तार भेल छलैक । ई विस्तार चम्पारणसँ पूर्वमे बागमतीधरिक शासन ओइनवारवंशी राजा पृथ्वी सिंह, शक्ति सिंह (P.L.Gupta, coins, 167-168), हुनक युद्ध आ शतपथ ब्राह्मण(१-४-१), बौद्धग्रंथ मज्झिम निकायमे वर्णित राजा विदेध-माथव आ अग्निवैश्वानरक नेतृत्वमे आनार्यजनक ऊपर आर्यक विजय अभियानक पश्चात कोसी, गण्डकी, गङ्गा-हिमालय पर्वतक पादभागमे प्रथम आर्य देश विदेह-मिथिलाक लगभग १०००-१२०० ई.पूर्वमे निर्माणक सन्दर्भ स्मरणीय अछि । मिथिला-मगध क्षेत्रको मनु आ बौधायनकालमे जम्बुद्वीपक मध्यदेश (मदेश), मज्झिम प्रदेश (बौद्ध त्रिपिटक, जातक अदिमे) आ आर्यवर्त प्रदेशक बाहर कहल गेल छैक । आर्य प्रदेशक सीमा तखनतक कुरुक्षेत्रसँ प्रयाग-वाराणसीधरि मात्र छलैक । पाछौं कुरु आ पाञ्चाल क्षेत्रक बहुत संख्यामे आर्यलोकनिके, खास कऽ ब्राह्मणसभके जनकवंशी राजासभ ओकरवाद गुप्त राजासभ जमीन दान दऽकऽ स्थायी रूपे बसौने छलखिन । लेकिन बुद्ध कालमे मध्यप्रदेशक सीमा पूर्व बङ्गाल (कनंगल) तक विस्तृत भेलैक । महावग्ग, (५, पृ.१२-१३) आ दिव्यावदान, (पृ.१२-१३) एहि

प्रेम प्रस्ताव केने छलैक । ऊपर उल्लेखित पकडियागढ (पकरी) के उल्लेख राजेन्द्र विक्रम शाहक लालमोहरमे (हरिकान्त लाल, सप्तरीका गढी, २०६७,९१) तथा कञ्चनपुरक आ पुरानागढीक नाम पृथ्वीनारायण कालक वि.सं.१८३० (ई.सं.१७७३) के पत्र तथा पोखरेलक वंशावलीमे छैक (हरिकान्त, २०६७,९६) । कञ्चनपुरगढ (रूपनगर) क राजाक रूपमे सलहेस अपन मूल दरबार महिसौथासँ घोडापर सवर भऽ एहि कञ्चनपुरगढीतक आबि कऽ सभास्थल (राजदरबारक आस्थानशाला)मे जनताक दुख-दर्द सुनैत ओकर निवारणक उपाय करैत छल । एहिठामक बरेवा पोखेर आ बेलक पहाडमे ओ विश्राम करैत छल । तुरेगनागढ (मानराजागढ) -ई स्थल सप्तरीक तौत्तर प्रगन्ना छलैक जतहुक गढपति महेश्वर भण्डारी छल (हरिकान्त,२०६,२२) । महेश्वर भण्डारीक चारिटा बेटी-हीरा, रेश्मा, दिना आ कुसमा सलहेससँ प्रेम करैत छलैक । मानिकदह-एहि दहमे सलहेस स्नान करैत छल आ एहुठाम एकटा साजसभा छलैक । सिरहाक फुलबारीमे ओ भगवानक पूजाक वास्ते फूल तोडैत छल । एहि फूलबाडीमे पकडिया गढक राजा कुलेश्वरके बेटी चन्द्रावती ओकरा प्रेम प्रस्ताव केने छलैक । सिलहट अखाडा -एहि ठाम सलहेस कुस्ती खेलैत छल ।

उपर उल्लेखित स्थल सब प्राचीनकालक सप्तरी जिलासँ सम्बन्धित छैक । एकर अलावा जे जिला आ ठामसब एहि कथामे उल्लेख भेल अछि ओ थिक मोरंग, सुनसरीक मूर्तिया आसपासक गढी आ पोखेर, जनकपुर परिक्रमा स्थल, धनुषा जिलाक ननमहरी, चम्पारण जिलाक सतखोलिया, सहर्षा जिला, मोकामा- सम्भवतः गङ्गा किनारक प्रसिद्धघाट जतऽसँ चन्द्रावतिक गहना-जेवर आ कपडासब प्राप्त भेलैक । मधुवनीक जितवारपुर, मुङ्गेर जिला, कमला, ताउ तथा वैजनी नदीक त्रिवेणी सङ्गम स्थल । चम्पारणक बाघगढ, मुङ्गेरक पकडिया (राजेश्वर भ्नाक अनुसार) आ राजा शैलीक सतखोलिया (चम्पारण जिलाक) आदि । एहि गाथामे बासोपट्टिक विराटपुर आ छोपहार चौरीसहितक चर्चा अछि । क्रमशः

कोरोना भाइरस संक्रमण सम्बन्धी अत्यन्त जरूरी सूचना

कोरोना भाइरसबाट बच्ने उपायहरू :

क) भिडबाट बच्ने । ख) हिड्डुल गर्दा माक्सको प्रयोग गरौं । ग) साबुन पानीले नियमित हात धोउं । घ) एक आपसमा अभिवादन गर्दा नमस्ते गरौं र भौतिक दूरी कायम राखौं । ङ) खोक्दा वा हाच्छु गर्दा अगाडीको व्यक्तिको विपरित दिशामा आफ्नो मुख छोपौं । च) रोग संक्रमण लागेको शंका लागेमा नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गरौं । छ) दैनिक रूपमा पानी तताएर मात्र प्रयोग गरौं । ज) कोरोना भाइरसको संभावित जोखिमबाट बच्न कुनै किसिमको ठूलो सभा, जुलुस, मेला, आदि नगर्न नगराउनको लागि अनुरोध छ ।

विष्णुपुर गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा

कोरोना भाइरस संक्रमण सम्बन्धी अत्यन्त जरूरी सूचना

कोरोना भाइरसबाट बच्ने उपायहरू :

क) भिडबाट बच्ने । ख) हिड्डुल गर्दा माक्सको प्रयोग गरौं । ग) साबुन पानीले नियमित हात धोउं । घ) एक आपसमा अभिवादन गर्दा नमस्ते गरौं र भौतिक दूरी कायम राखौं । ङ) खोक्दा वा हाच्छु गर्दा अगाडीको व्यक्तिको विपरित दिशामा आफ्नो मुख छोपौं । च) रोग संक्रमण लागेको शंका लागेमा नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गरौं । छ) दैनिक रूपमा पानी तताएर मात्र प्रयोग गरौं । ज) कोरोना भाइरसको संभावित जोखिमबाट बच्न कुनै किसिमको ठूलो सभा, जुलुस, मेला, आदि नगर्न नगराउनको लागि अनुरोध छ ।

नवराजपुर गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा

संघीयतामा सुशासन

सुशासन

शासन जनताको हितका लागि हो । शासन गर्नेहरूको स्वार्थसिद्ध र तजबिजको माध्यम होइन । जनताको जीवन, स्वतन्त्रता र सम्पत्तिको संरक्षणका साथै समयसापेक्ष अधिकतम जनकल्याणमा शासकहरू, राज्यसंयन्त्र, संगठन संरचना र पद्धतिको उपयोग गर्नु गराउनु सुशासन हो । वर्तमान शासन पद्धतिमा सुशासन सबैभन्दा बढी फलाकिएको शब्द हो । यसले सीमित शासन र शासकीय पद्धति नियन्त्रण र सन्तुलनको पक्षपोषण गर्छ । राज्य संयन्त्र तथा राज्य निर्देशित संघसंस्था र संगठनहरूले सार्वजनिक अधिकार, स्रोतसाधनको प्रयोग तथा व्यवहारहरू जनकेन्द्रित छन र व्यक्ति, समूहका स्वार्थ, समूहको हित प्रवर्द्धन गरेका छैनन् भन्ने विश्वास आर्जन गर्दा सुशासनलाई टेवा पुग्छ । विकासोन्मुख देशहरूमा सुशासनमा विश्वासको कमीले पनि कतिपय राम्रा कामहरूले आशा र अपेक्षा पाउन सक्दैनन् । त्यसैले समग्र शासन प्रणालीमा सुशासन उन्मुख भइरहेको विश्वास आर्जन गर्नु कुनै पनि सुशासन दिन्छ भन्ने सरकारको पहिलो कार्य हुन आउँछ ।

सामान्य आर्यमा राजकीय काम र गैरराजकीय क्षेत्रको नियमन तथा सहजीकरण निःस्वार्थ, जनमैत्री, असल मनशाय र नतिजामूलक ढंगले सम्पादित हुनु सुशासन हो । यसलाई विभिन्न तरिकाले व्याख्या गरिएको पाइन्छ । शासनलाई विधिसम्मत, सहभागिता समानता, पारदर्शी र जवाफदेही ढंगले सञ्चालन गरी लक्षित उद्देश्य प्राप्त गरी न्यायपूर्ण तरिकाले गुणस्तरीय सेवा वितरण, विकास र समृद्धिको अवसर नागरिकलाई

उपलब्ध गराउनु र नागरिक व्यवहारलाई सुशासनमैत्री ढंगले रूपान्तर गर्नु गराउनु सुशासन हो । यी विषयका अतिरिक्त स्वतन्त्र, निष्पक्ष र नियमित निर्वाचन, दक्षता र प्रभावकारिता, खुलापन, कानूनको शासन, नैतिक आचरण र व्यवहार, क्षमता, नवप्रवर्तन र परिवर्तनका लागि प्रतिबद्ध, दिगोपना र दूरदृष्टि सबल वित्तीय व्यवस्थान, मानव अधिकार र सामाजिक सामञ्जस्यजस्ता विषय सुशासनमा समाहित भई क्रियाशील हुनु आवश्यक हुन्छ । यी विषयहरूलाई सुशासनका अवयव मानी प्रयोग गर्न सक्नुपर्छ । प. १ प त जिम्मेवारी र प्रादेशिक सम्भावनालाई संघीयता कार्यान्वयनसँगै सुशासनका अवयवहरू अवलम्बन गरी पद्धति विकसित गर्दै संस्कारमा सुधार भएको देखाउन सक्नुपर्ने चुनौती प्रदेशहरूमा रहेको छ ।

संघीयताको सन्दर्भ

संघीयता संयुक्त राज्य अमेरिकाको संविधानको उपज हुँदै विकसित भइरहेको छ । स्वायत्त र साभेदारी शासन यसको विशेषता हो । बहुतहको शासन संगठन र कानुनी बहुलता तथा धेरै कर्ताहरू हुने भएकाले संघीय शासनका हरेक तहमा सुशासन अपरिहार्य हुन्छ । नेपालको संविधानले संघीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्रात्मक शासन व्यवस्थाको माध्यमद्वारा दिगो शान्ति, सुशासन, विकास र समृद्धिको आकांक्षा पूरा गर्ने उद्देश्य राखेको छ । यसबाट के स्पष्ट हुन्छ भने सुशासन संघीयताको अभिन्न अंग हो । यसैगरी पन्ध्रौं योजनाको आधारपत्रले प्रशासकीय सुशासनका लागि जवाफदेही, व्यावसायिक र सक्षम सार्वजनिक प्रशासनबाट सार्वजनिक सेवाप्रतिको जनविश्वास

अभिवृद्धि गर्ने र विकासलाई नतिजामुखी बनाउने लक्ष्य राखेको छ । विभिन्न ऐन, नियमावली, कार्यविधि दिग्दर्शन, नीति र दस्तावेजहरूले सुशासनलाई उत्तिकै महत्त्व दिएका छन् । अर्कोतिर

हुन गएको प्रतीत हुन्छ । संघीयतामा खर्च, प्रतिफल, जवाफदेही र लोकतन्त्रको सुदृढीकरणमा सुशासनको अग्रणी

पालिका बहस डा. सोमलाल सुवेदी



विश्वव्यापी सुशासनका आयामहरूमध्ये प्रायःजसोमा नेपाल सहभागी भई प्रतिबद्धता जनाएको पाइन्छ । यी सबै प्रावधान र अभ्यासबाट नेपालको संघीय शासन प्रणालीमा सुशासन मेरुदण्डको रूपमा रहेको पुष्टि हुन्छ ।

सुशासनको व्यावहारिक पक्ष

राज्य सञ्चालनमा भनाइबमोजिम गराइ पुऱ्याउनु चुनौती र अवसर दुवै हो । तर प्रियतावादी सरकारहरू बढी बोल्ने र बोलेजति गर्न नसक्ने समस्याबाट ग्रसित भएको पाइन्छ । प्रायःजसो सत्तामा जानुअघि राजनीतिक नेताहरू सुकिला र आशालाग्दा देखिन्छन् । कर्मचारीतन्त्रमा पनि दोस्रो वरीयतामा रहनेहरू उदार र प्रियताको छनक दिन सफल हुन्छन् । राजनीतिक नेतृत्व र प्रशासनिक नेतृत्वको दक्षता, इमानदारिता, समभेदारी एवं समन्वयमा मात्र सुशासनको मूर्त रूप लिन सक्छ । जनताले यसको लाभ अर्थात् लोकतन्त्रको फल आस्वादन गर्न पाउँछन् । सुशासन भन्न सजिलो र जिब्रोमा भुन्ड्याउन सहज छ । तर व्यवहारमा रूपान्तर गर्न गराउन फलामको चिउरा चपाउनुजस्तै भएको देखिन्छ । नेपालको संघीयता कार्यान्वयन, दिगो शान्ति, विकास र समृद्धिका लागि पनि सुशासन निर्णयक

भूमिका हुन्छ । व्यावहारिक रूपमा संघ, प्रदेश र स्थानीय तहमा के कसरी सुशासन कायम गर्न गराउन सकिन्छ सोको उल्लेख क्रमशः गरिनेछ ।

स्थानीय तह

स्थानीय तह सरकारहरू जनताका नजिकका सरकार हुन् । यी सरकारका व्यवहार र प्रतिफल जनताले प्रत्यक्ष अनुभूत गर्दै अवलोकन गरेका हुन्छन् । इतिहासमा धेरै अधिकार र जिम्मेवारी पएका स्थानीय सरकारहरूले सक्रिय इमानदार, पारदर्शी, सक्षम र जवाफदेही भई कार्यसम्पादन गर्नु गराउनु आवश्यक छ । स्थानीय सरकारले सहभागितामूलक लोकतन्त्र अवलम्बन गरी नियन्त्रण र सन्तुलनका आधारमा स्थानीय लोकतन्त्र सुदृढ गर्नेतर्फ पनि उत्तिकै ध्यान दिनु जरुरी छ । कानूनद्वारा शासन होइन, कानूनको शासन गर्नु संघीयता कार्यान्वयनमा टेवा पुऱ्याउनु हुनेछ ।

वित्तीय पारदर्शिता र जवाफदेही सुशासनका सर्वाधिक महत्त्वपूर्ण पाटा हुन् । प्राप्त स्रोतलाई विधिसम्मत, पारदर्शी, प्रतिफलदायी र दिगो विकास व्यवस्थापनमा खर्च गर्न सक्नुपर्छ । पालिकाका सभामा सार्वजनिक लेख र सुशासन समिति सक्षम, क्रियाशील र जिम्मेवार हुनु अपरिहार्य छ ।

स्थानीय तहमा नियन्त्रण र जवाफदेही कमजोर भई सरकार सञ्चालन भएमा सुशासनको जग नै खलबलिन्छ ।

जनमानसमा सार्वजनिक व्यवस्थापनप्रति वितृष्णा पैदा हुन जान्छ । तसर्थ स्थानीय सरकारहरूले सुशासनका अवयवहरूलाई संस्थागत गरी परिपालना गर्दै समयसापेक्ष शासकीय पद्धति सुधार गर्दै जानुपर्छ । संघीय र प्रादेशिक सरकारले सुशासनका लागि स्थानीय सरकारलाई सहजीकरण, समन्वय र प्रोत्साहित गर्न सकेमा मात्र संघीयता कार्यान्वयन तथा सुशासन अवलम्बन हुन जानेछ ।

उपर्युक्तबमोजिम संघीयतामा धेरै तहका धेरै सरकार (७६९) क्रियाशील छन् । राजनीतिक संघीयता प्रवृत्तिकरण भइरहेको छ । वित्तीय संघीयता पनि कार्यान्वयन भइरहेको छ । प्रशासनिक संघीयता संक्रमण तथा प्रारम्भिक चरणमै छ । यसको सक्षमता, सक्रियता, इमानदारिता र पद्धतिगत आयामहरूमा सुशासन समाहित हुन सकेमा मात्र संघीयता कार्यान्वयन भई संविधानले लिएको सुशासनका लक्ष्य प्राप्त हुन सक्छ । तीनै तहका सरकारहरूबीच सुशासनको प्रतिस्पर्धा गर्न गराउन राजनीतिक क्षेत्रले नेतृत्व दिन सक्नुपर्छ भने प्रशासनिक संघीयता सुशासनमैत्री हुनु परमावश्यक छ ।

संघीयतामा सुशासन कायम गर्न गराउन संघीयता र सुशासन कार्ययोजना तर्जुमा गरी कार्यान्वयन गर्नुपर्ने देखिन्छ । सरकारहरूबीच सकारात्मक प्रतिस्पर्धा हुनु नै संघीयताको सुन्दर पक्ष हो । तर हाम्रा सरकारहरू अधिकार धेरै लिने सुविधा उपयोग गर्ने र सकेसम्म तत्कालै लोकप्रिय हुने होडमा लागेको अनुभूति

सञ्चारमाध्यमहरूमा आएका सूचनाहरूबाट गर्न सकिन्छ । वित्तीय संघीयताको कार्यान्वयनबाट स्थानीय तहसम्म स्रोतहरू गइरहेको छ । सबै तहले वित्तीय स्रोतलाई मितव्ययी, पारदर्शी, उत्पादनमूलक र दिगो सेवा एवं विकास व्यवस्थापनमा खर्च गर्नुपर्छ । 'समुद्रको जल सूर्यलाई अर्पण' शैलीमा खर्च गर्ने तरिकालाई नियन्त्रण गर्न सक्नुपर्छ । सुशासनको महत्त्वपूर्ण पक्ष नियमित अनुगमन र मूल्यांकन हो । यो पक्षमा त्यति ध्यान पुग्न नसकेको प्रतीत हुन्छ ।

सुशासनका लागि सबैभन्दा अग्रणी भूमिका राजनीतिक क्षेत्रको अपेक्षित हुन्छ । निर्वाचन प्रणाली कम खर्चिलो, लोकतान्त्रिक, पारदर्शी र जनसेवामैत्री नहुने हो भने ७६९ सरकारहरूमा सिर्जित राजनीतिक अवसर लोकतन्त्र होइन, व्यापारमैत्री हुने जोखिम देखिन थालेको छ । तसर्थ राजनीतिक संस्कार सुशासन, संघीयता र जनमैत्री हुनुपर्ने माग संघीयताले गर्छ । यसैगरी सक्षम, व्यावसायिक, इमानदार, क्रियाशील प्रशासनिक संयन्त्र निर्माण गर्न अर्को चुनौतीका रूपमा रहेको छ । प्रशासनिक संयन्त्रमा समग्र र विषय क्षेत्रगत समन्वयको शृंखला पुनर्ताजगीकरण गर्नु आवश्यक छ । धेरै तहका संगठन संरचनाहरूको प्रयोग दक्षतापूर्वक गर्न सकिएन भने सुशासन होइन, संगठनात्मक अराजकता नआउला भन्न सकिन्न । सबै तहका सरकारी संयन्त्र स्वच्छ, सक्षम, इमानदार भए संघीयतामा सुशासन कायम भई संघीयताको प्रतिफल नागरिकले पाउने अवस्था आउनेछ । **अन्नपूर्णा पोस्टबाट**

सम्भनामा ...

काठमाडौंको टुँडिखेलमा आयोजित विशाल जनसभामा ऐतिहासिक सम्बोधन गर्ने सिंहलाई 'फादर अफ डेमोक्रेसी'को रूपमा सम्मानित गरिएको हो । २०४९ सालमा नेपाली काँग्रेसको भापा जिल्लाको कलबलगुडीमा सम्पन्न आठौं महाधिवेशनमा तत्कालीन प्रधामन्त्री गिरिजाप्रसाद कोइरालासँग

उहाको मतभेद हुन पुग्यो । प्रजातन्त्रको संरक्षणका निम्ति जनजागरण अभियानको २०५९ साल नेपाली काँग्रेसको पोखरा महासमितिको बैठकमा पार्टीको सर्वोच्च नेता कायमै रहेको घोषणा गरियो । २०५३ साल वैशाखको नेपाली काँग्रेसको नवौं अधिवेशनमा अनुपस्थित रहेपनि उहालाई महाधिवेशनले पार्टी

सर्वोच्च नेताको उच्च सम्मान प्रदान गरिने रदियो । २०५३ साल भदौ १० गते धर्मपत्नी मंगलादेवी सिंहको निधनको एक वर्षपछि ८२ वर्षको उमेरमा २०५४ साल असोज २ गते उहाँको निधन भएको थियो । जनआन्दोलन पश्चात राजा बीरेन्द्रको प्रधानमन्त्री बन्ने आग्रहलाई आशिवकार गरी

आफ्ना मित्र कृष्णप्रसाद भट्टराईलाई प्रधानमन्त्री बनाएपछि उहाँलाई लौहपुरुषको संज्ञा र उपाधी पनि दिइएको थियो । संघर्ष, निष्ठा, स्वाभिमान र त्यागका प्रतिमूर्ति सिंहको २३ औं स्मृति दिवसले व्यक्तिगत र गुटगत स्वार्थका खातिर गुटका पसलहरू खोल्दै बसेका वर्तमानका उहाँका

अनुयायीहरूले सिंहको त्याग, निष्ठा र संघर्षलाई आत्मसात गर्दै प्रजातन्त्र, मुलुक जनता र काँग्रेसको सर्वोपरी हितका लागी खुला र उदार हृदयले सोच्दै सो अनुकूलका प्रवृत्ति, चिन्तन, व्यवहार र पद्धतिलाई आत्मसात गर्ने हो भनेमात्र यथार्थमा सिंह र सिंह जस्ता तमाम दिवंगत नेताहरूलाई सम्झनुको सार्थकता हुन्छ ।

कोरोना भाइरस संक्रमण सम्बन्धी अत्यन्त जरुरी सूचना

कोरोना भाइरसबाट बच्ने उपायहरू :

क) भिडबाट बच्ने । ख) हिडडुल गर्दा माक्सको प्रयोग गरौं । ग) साबुन पानीले नियमित हात धोउं । घ) एक आपसमा अभिवादन गर्दा नमस्ते गरौं र भौतिक दुरी कायम राखौं । ङ) खोक्दा वा हाच्छु गर्दा अगाडीको व्यक्तिको विपरित दिशामा आफ्नो मुख छोपौं । च) रोग संक्रमण लागेको शंका लागेमा नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गरौं । छ) दैनिक रूपमा पानी तताएर मात्र प्रयोग गरौं । ज) कोरोना भाइरसको संभावित जोखिमबाट बच्न कुनै किसिमको ठूलो सभा, जुलुस, मेला, आदि नगर्न नगराउनको लागि अनुरोध छ ।

लक्ष्मीपुर पतारी गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा

कोरोना भाइरस संक्रमण सम्बन्धी अत्यन्त जरुरी सूचना

कोरोना भाइरसबाट बच्ने उपायहरू :

क) भिडबाट बच्ने । ख) हिडडुल गर्दा माक्सको प्रयोग गरौं । ग) साबुन पानीले नियमित हात धोउं । घ) एक आपसमा अभिवादन गर्दा नमस्ते गरौं र भौतिक दुरी कायम राखौं । ङ) खोक्दा वा हाच्छु गर्दा अगाडीको व्यक्तिको विपरित दिशामा आफ्नो मुख छोपौं । च) रोग संक्रमण लागेको शंका लागेमा नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गरौं । छ) दैनिक रूपमा पानी तताएर मात्र प्रयोग गरौं । ज) कोरोना भाइरसको संभावित जोखिमबाट बच्न कुनै किसिमको ठूलो सभा, जुलुस, मेला, आदि नगर्न नगराउनको लागि अनुरोध छ ।

सखुवानन्कारकट्टी गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा

कोरोना भाइरस संक्रमण सम्बन्धी अत्यन्त जरुरी सूचना

कोरोना भाइरसबाट बच्ने उपायहरू :

क) भिडबाट बच्ने । ख) हिडडुल गर्दा माक्सको प्रयोग गरौं । ग) साबुन पानीले नियमित हात धोउं । घ) एक आपसमा अभिवादन गर्दा नमस्ते गरौं र भौतिक दुरी कायम राखौं । ङ) खोक्दा वा हाच्छु गर्दा अगाडीको व्यक्तिको विपरित दिशामा आफ्नो मुख छोपौं । च) रोग संक्रमण लागेको शंका लागेमा नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गरौं । छ) दैनिक रूपमा पानी तताएर मात्र प्रयोग गरौं । ज) कोरोना भाइरसको संभावित जोखिमबाट बच्न कुनै किसिमको ठूलो सभा, जुलुस, मेला, आदि नगर्न नगराउनको लागि अनुरोध छ ।

औरही गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा