हरेक खबर, विशेष खबर
जि.प्र.का.सि.द.नं. ११७/०७६/०७७
राष्ट्रिय दैनिक
लहानपोस्ट
LAHANPOST DAILY

मो. ९८०५९६१००६
जे.डी.
स्टेशनरी एण्ड स्पोर्टस सेन्टर
लहान-६

यहाँ पुस्तक, स्टेशनरी, स्पोर्टका समानहरू अर्डर अनुसार पाईन्छ ।

वर्ष : ०१ अंक : १३८ पृष्ठ : ४ २०७७ पुस ०३ गते शुक्रबार (Friday 18 December 2020) www.lahanpost.com मूल्य रु. ५।-
FOLLOW US facebook: lahanpost YouTube : lahanpost twitter : lahanpost instragram : lahanpost

बढ्यो चिसो

‘धुर, घुर र परालको जिन्दगी’

लहान । तराईमा चिसोको कहर सुरू भएको छ । तीन दिनयता बढेको चिसोले विशेष गरी सुकुम्बासी दलित बस्ती प्रभावित भएको छ । चिसोसँगै शीतलहरबाट सुकुम्बासी दलित बस्तीका वृद्धवृद्धा, बालबालिका प्रभावित भएका हुन् । चिसोबाट जोगिन न्यानो लुगा अभावमा बर्सेनि ती बस्तीका सर्वसाधारणले ज्यान गुमाउनु परेको छ ।

चिसो बिस्तारै बढ्न थालेको छ । बढ्दो स्याँठसँगै चिसोका कारण कोल्ड डायरिया, ज्वरो, हाडजोर्नी, रूघाखोकी बिरामी बढेका छन् । कोरोनाका कारण सुनसान बन्ने गरेको अस्पतालमा कोल्ड डायरियाका बिरामी उपचारका लागि आउँन थालेका छन् ।

दलित बस्ती नै प्रभावित किन ?

सुत्ने ठाउू अभावमा सिरहा बासाजोडीका भुरे सदाय र पत्नी कौशिला झुपडीमा रात काटछन् । बाटो छेउको ६ धुर ऐलानी जग्गामा दुई कोठे फुसको झुपडी र भान्सा घरमा तीन छोरा बुहारी र नाति नातिना सहित १३ जना परिवारका सदस्य कोचिएर सुत्छन् ।

बास अभावमा ती दम्पति चिसो छिडीमा सामान्य घरले बेरेको झुपडीमा 'परालकैं ओछ्यान र परालकैं घुर' आगो बालेर रात काट्न बाध्य छन् । दुईवर्ष अघिसम्म भुरे दम्पतिले ज्याला मजदुरीमा खटेको दैनिक चार सय रूपैयाँले परिवारको लालन पालन गर्नुपरेको थियो । 'दैनिक चार सय रूपैयाँले मुश्किलले गुजारा चल्थ्यो' भुरेले भने 'त्यो पनि दैनिक काम पाइन्दैनथ्यो, न्यानो कपडा, घर बनाउनु हाम्रो लागि परको कुरा भयो ।'

दुई वर्षदेखि भुरे जीउ सुन्निने र कौशिला ढाड दुख्ने समस्याले थलिएका छन् । ती दम्पति थलिएपछि जेठो छोरा हरि र माहिलो बद्रीले जनवनमा खटेर १३ जनाको परिवारको लालन पालन गर्दै आएका छन् । हरिको पत्नी वुधनी, एक छोरा र दुई छोरी छन् । माहिलो बद्रीको पत्नी चन्द्रिकासहित एक छोरा र दुई छोरी छन् । कान्छो बसन्तको पत्नी ललिता र ६ महिनाको छोरा रोहण छन् । ती सबैको लालनपालनमा समस्या भएपछि हरि र बद्री चार महिनाअघि खाडी मुलुक कतार साउदी हानिएका थिए । 'बुहारीहरू काखे नाति नातिना स्याहारदैमा दिन बित्छ' कौशिलाले सुनाइन् ।

भुरे र कौशिलामात्र होइन बाटो छेउको ऐलानी जग्गामा बसोबास गर्दै आएका बासाजोडीका दलित मुसहर सदाय बस्तीको समस्या उस्तै छ । ३२ वर्षीया प्रमिला र हरानी सदाय पनि घर अभावमा च्यातिएको त्रिपाल र सारीले बेरेर परालमा १४ वर्षीया छोरी फुलकुमारीसँगै सुत्छन् । एक कोठे फुसको घरमा छोरा जितेन र बुहारी सुत्छन् ।

६ धुर जग्गामा बसोबास गर्दै आएका अधिकांशको जाडो काट्ने मेलो भनेकै पराल र घुर (आगो) को साहारा भएको प्रमिलाले सुनाइन् । अधिकांश ज्याला मजदुरीमा काम गर्छन् । त्योपनि दैनिक काम नपाउने गुनासो हरानीको छ । त्यसो त जाडो लाग्नासाथ टोलका बासिन्दा अधिकांश गुइठा (गोवरलाई आगो बाल्नलाई बनाइएको) र पराल बालेर रातकाट्ने चलन थियो ।

डसना, सिरक महंगो पर्ने भएकाले परालमा चटाई ओछयार सुत्ने चलन पहिलेदेखिकै रहेको उनले भनिन् । उनका अनुसार गर्मी महिनामा खुल्ला ठाउमा

——— *बाँकी ३ पेजमा*

स्थानीय तहगत शिक्षक दरबन्दी मिलान

शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालय मातहतको शिक्षा तथा मानव स्रोत विकास केन्द्रले शिक्षक दरबन्दी मिलान कार्य सुरू गरेको छ । मुलुक संघीयतामा गएपछि विद्यालय शिक्षाको अधिकार स्थानीय तहको भएकाले पहिलो पटकका लागि केन्द्र सरकारले दरबन्दी मिलान गर्न लागेको हो ।

शिक्षक दरबन्दी (मिलान तथा व्यवस्थापन) कार्यविधि-२०७६ का आधारमा सुरू गरिएको यस कार्यमा केही स्थानीय तहमा स्वीकृत मापदण्डका आधारमा बढी हुन आउने दरबन्दी थप हुन जाने स्थानीय तहमा पठाउने गरी सम्बन्धित शिक्षा, विकास तथा समन्वय एकाइको सिफारिससमेतका आधारमा दरबन्दी पठाइएको केन्द्रका महानिर्देशक वैकुण्ठ अर्यालले जानकारी दिए ।

सरकारले दुई वर्षअघि पूर्वसचिव महाश्रम शर्माको संयोजकत्वमा दरबन्दी मिलान

——— *बाँकी ३ पेजमा*

२४ वर्षदेखि आलु खेतीमा रमाउँदै

दुई दशकभन्दा अघिदेखि निरन्तर आलु खेती गर्दै आएका सिरहा नैडेगाका कृषक ३६ वर्षीय बलराम महतोको दिनचर्या खेतीमैं बित्ने गरेको छ । ७ कक्षासम्म पढेका उनले पढाई छाडेर १२ वर्षको उमेरमैं २०५२ सालबाट व्यवसायिक आलु खेती थालेका हुन ।

बर्सेनि डेढ विघा जग्गामा उनले व्यवसायिक आलु खेती गर्दै आएका छन् । दिनभर खेतमैं आलुको गोडमेल र हेरचाहमा उनी तल्लिन हुन्छन् । रातमा आलु खेतमैं बनाएको टहरामा सुत्छन् । उनको दिनचर्या आलु खेतमैं बित्छ । भन्छन् 'आलु नै जीवन, जीवनै आलु भएको छ, तीन महिना आलुसँगै हातेमालो गर्दै बित्छ ।'

——— *बाँकी ३ पेजमा*

फ्रेण्डस मोडेल हस्पिटल, लहान-४
(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

कृषकको पाना

रायोको साग खेती प्रविधि

रायोको साग, बहुउपयोगी, स्वास्थ्यकोलागी अनेकौं फाइदै फाइदा भएको विशेष जाडो (हिउँद) महिनामा पाइने विभिन्न हरियो सागपात मध्ये रायोको साग पनि एउटा एक प्रमुख तरकारी हो ।

लगातार एउटै खेत वारीमा लगाउँदा बोटहरूको वृद्धि नहुने, दिउसो ओइलाउने तर विहान वेलुका सामान्य देखिने यस्तो हुनबाट बचाउनु पर्ने हुन्छ । कारण, यो ढुसीबाट उत्पन्न हुने रोग हो । यस रोगले आक्रमण गरेपछि रायोका जरामा गाँठाहरू विकसीत हुन्छन् र वृद्धि विकास रोकिन्छ । प्रारम्भमा ऐजेरू वा जरामा देखिने वबेटको जुकाका लक्षणको आभास हुन्छ । यसको व्यवस्थापनका लागि उही परिवार वाहेकका बालीहरूको घुम्ती बाली प्रणाली अपनाउने, माटोको पि.एच.मान ७ भन्दा वढी राख्ने तथा नेविजिन नामक विषादी १ के.जी. प्रति रोपनिका दरले वालीमा लगाउनु पहिले प्रयोग गर्नु पर्दछ ।

रायोको खेती नेपालको तराई देखि उच्च पहाड सम्म नै गर्न सकिन्छ तर तराई र मध्य पहाडमा यो हिउँदे बाली हो भने उच्च पहाड जहाँ तुसारो र हिउँ पर्दछ त्यस्तो इलाकामा ग्रीष्म याममा खेती गर्नु पर्दछ । यसको खेती छोटो दिन ठण्डी तापक्रम र ओसिलो वायुको वहाव भएको समयमा राम्रो हुन्छ ।

हावापानी

रायो हिउँद, जाडो मौसममा पाइने प्रमुख तरकारी बाली हो । बढी तापक्रममा यसको डुकु छिटो निस्कन थाल्दछन् तर प्रकाश नपुगेको ठाउँमा राम्रो सप्रिँदैन । मध्यम प्रकाश र चिसो मौसममा वाली राम्रो सप्रन्छ । जमीनमा वढी चिस्यान भएको ठाउँमा पनि राम्रो सप्रिँदैन । साग बालीअन्तर्गत रायो नेपालमा सबैभन्दा वढी उत्पादन गरिने तथा मन पराईने तरकारी बालीमा पर्दछ ।

माटोको छनौट

यसको खेती प्रायः सवै किसिमको माटोमा गर्न सकियता पनि मलिलो दोमट माटो उपयुक्त हुन्छ । प्राङ्गारिक पदार्थ प्रशस्त भएको जमीनमा यसका पातहरू राम्ररी फैलने नरम र खाँदा स्वादिलो हुन्छ । यसलाई माटोमा चिस्यान भएको राम्रो हुन्छ तर बढी चिस्यान भएमा बोट पहैँलिन्छ अतः निकासको राम्रो व्यवस्था हुन जरूरी हुन्छ ।

रायो जात सिफारिश

नेपालमा स्थानीय तथा सुधारिएका जातहरू भौगोलिक क्षेत्र अनुसार विकसीत भएका छन् तर सिफारीश गरिएका जात भने सिमित छन् । यी जातहरू तराई, पहाड तथा उच्च पहाडमा लगाउने गरी सिफारीस गरिएको छ ।

रायो खेती मध्य पहाडी क्षेत्रमा वेमौसमी र अन्तरबालीको रूपमा बाह्रै महिना लगाउने गरिन्छ तर व्यवसायिक उत्पादनको लागि भने उच्च पहाडमा फाल्गुण-वैशाख, मध्यपहाडमा भदौ-मंसिर सम्म र भित्री मधेस वा तराईमा असोज-पौष सम्म लगाएको बाली राम्रो हुन्छ ।

जमीनको तयारी

रायो छिटो तयार हुने बाली भएकोले लगाउनु भन्दा अगाडी जमीनको तयारी राम्ररी गर्नु पर्दछ । यसको लागि २५-३० से.मि. गहिराई सम्म राम्ररी खनजोत गरी प्रांङ्गारिक मल प्रशस्त हाल्नु पर्दछ । माटोलाई बुर्बुराउदो तुल्याउनु पर्दछ ।

रायोसँग अन्तरबाली

रायोसँग अन्तरबालीको रूपमा भन्दा पनि अन्य बाली सँग रायो अन्तर वालीको रूपमा लगाउने प्रचलन बढी छ । यसरी लगाउने क्रममा गोलभेडा, काँक्रो, सिमी, वोडी, मकै, जुनेलो, खुर्सानी र भण्टा जस्ता बालीहरू सँग उचित दूरी तथा काँटछाँटको प्रकृया मिलाई अन्तरवाली लगाउन सकिन्छ ।

अल्टरनेरिया थोप्लो रोगका लक्षण कस्ता हुन्छन् रू यसको व्यवथापन कसरी गरिन्छ ?

यस रोगले आक्रमण गर्दा सुरूको अवस्थामा स-साना हल्का खैरा थोप्लाहरू पातमा देखा पर्दछन् । पछि थोप्ला बढेर ठूला गोलाकार वन्दछन् । बीचको भाग चम्किलो रंगको हुन्छ भने किनारा खस्रो र जीर्ण हुन्छ । यो रोग नलागोस भन्नका लागि डाईथेन एम-४५ वा थिराम २-३ ग्राम प्रति के.जी.

———बाँकी ३ पेजमा

अध्ययन प्रतिवेदन

मुक्तिको खोजीमा हरवा चरवा

परिचय

नेपाली शब्दकोशले 'हरूवा' भनेको खेतबारीमा हलो जोत्ने र 'चरूवा' भनेको गाईवस्तु चराउने मानिस अर्थ्याएको छ । तराईमा हरूवालाई हरवाह र चरूवालाई चरवाह भनिन्छ । नेपालको संविधान,२०७२ मा भने हरवा-चरवा शब्द प्रयोग गरिएको छ ।

साठीको दशकसम्म हरवा-चरवा पूर्णतः बँधुवा श्रम व्यवस्था थियो । ऋण, अन्न वा जमिन कमाउन लिएबापत परिवारको केही वा सबै सदस्यले गिरहतकोमा खेतीपातीलगायतको काम गर्नुपर्थ्यो । वार्षिकरूपमा गिरहतले केही अन्न दिन्थ्यो । कतिले ऋण वा अन्न लिएको ब्याजस्वरूप सित्तैंमा काम गर्नुपर्थ्यो । गिरहत बाहेककोमा काम गर्न पाइँदैनथ्यो । हिजोआज भने यसरी काम गर्नेको सङ्ख्या घटेको छ । शोषणविरूद्धको बढ्दो चेतना र नयाँ कानुनी प्रावधानहरूका कारण हरवा-चरवा प्रथा कायमै रहे पनि काम गराइको शैलीमा भने विस्तार परिवर्तन देखिन थालेको छ । तर शोषण र पीडाको मात्र भने करिब उस्तै छ ।

हरवा-चरवा भूमिहीन छन् । गाउँब्लक, अरूको जग्गा, पोखरीको ढिक, नदीको किनार, ऐलानी आदि जग्गामा साना झुप्रा बनाएर जीवन बिताइरहेका छन् । कतिको नागरिकता छैन । बालबच्चाको जन्म दर्ता छैन । चरम गरिबीकै कारण उनीहरूका बालबालिका विद्यालय नै जाँदैनन् । छुवाछूत र जातीय विभेदले पनि थिचिएका छन् । यी यस्ता कारण हुन् जसले पुर्खौंदेखि मानिसलाई अरूको घरमा कामदार बस्नुपर्ने अवस्था सिर्जना गरिदिएको छ । हरवा-चरवा त्यसैको प्रमाण हो ।

सामान्यतया ४ वटा अवस्थामा श्रमिक परिवार हरवा-चरवा प्रथा सहन बाध्य देखिन्छन् ।

१- जीवनको गुजारा ठप्पै रोकिने भएपछि गिरहत अथवा जग्गाधनीसँग सधैं उसको खेनमा हलो जोत्ने सर्तमा ऋण लिंदा । जग्गा धनीको जग्गा ज्यालामा होइन, पहिले लिएको ऋणको बदलामा जोत्नुपर्ने भएपछि न ऋण तिरिन्छ न त ब्याज तिर्ने पैसा नै अन्तबाट कमाउन समय हुन्छ । त्सपछि जीन्दगीभर हलो पनि जोत्दै जानुपर्ने र साँवा ब्याज पनि बढ्दै जाने चक्र चलिरहन्छ । ५ हजार रूपियाँको ऋण ५० वर्ष हलो जोत्दा पनि तिरिँदैन । बरू ब्याजमाथि स्याज जोडिएर छोरारनतिको पालामा पुग्दा ऋण ५० हजार नाघिसकेको हुन्छ ।

२- बासका निम्ति झुपडी बनाउने जामिन नहुँदा । जग्गा धनीले झुपडी बनाउने जग्गा काम गरून्जेलका लागि दिए पनि हरवाकै नाममा कहिल्यै दिनु नपर्ने हुँदा हरवाको परिवारले अन्त कतै छाप्रो बनाउने जमिन नकिनेसम्म बस्नैका लागि पनि उसको हरवा-चरवा भइरहनुपर्ने भयो । जुन पुस्तौंसम्म कायम रहन्छ ।

३- बेरोजगारी र गरिबीका कारण अत्यन्तै कम ज्यालामा हरवा स्वीकार्नुपर्दा । तराई क्षेत्रमा श्रमिकलाई दिइने ज्याला भन्नाले नगद होइन, अन्न बुझिन्छ धेरै अवस्थामा । अझ कतिपयले त श्रमिकलाई दिइने ज्यालाबापतको अन्न हेपेर कम वा तल्लो स्तरको दिने गर्छन् । यस्तो अवस्थामा श्रम गरेरै बाँच्न धौ धौ हुने गर्छ । अनि श्रमिकले अरू उद्यम गरी स्वतन्त्र हुने सम्भावनै रहँदैन । जसले हरवा बस्नैपर्ने स्थिति निम्त्याउँछ ।

४- बाबु/आमा हरवा प्रथाअन्तर्गत पूरै गिरहत अथवा जग्गा धनीको बन्धन अर्थात निगाहामा बाँच्ने भएपछि तिनका सन्तानचाहिँ स्वतन्त्र हुने कुरै भएन । ती सन्तानले चाहिँ जग्गा धनीको वस्तुभाउ चराउने काम गर्नैपर्ने भयो । जसलाई चरवा भनिन्छ । चरवा बच्चाहरू मात्र हुन्छन् भन्ने छैन तैपनि चरवाको मुल भनेको यही नै हो ।

हरवा-चरवा प्रथाको स्रोत

हरवा-चरवा मधेसी दलितभित्रको पनि सबैभन्दा सीमान्त दलितमाथिको उत्पीडन प्रथा हो । पश्चिममा हलिया प्रथा जस्तै पूर्वमा हरवा-चरवा सिधै दलितको शोषणसँग जोडिएको छ । कृषि युगको सुरूवातदेखि नै समाजमा जमिन हुने र नहुनेबीच मालिक र श्रमिकको जन्म भएको बुझिन्छ । सबैजसो हरवा-चरवा भूमिहीन देखिनुले त्यस्ता कृषि श्रमकिहरूनै माथि उल्लेख गरिएका विभिन्न कारणले हरवा-चरवा प्रथाको साङ्गलोमा बाँधिन बाध्य भएका देखिन्छन् ।

तराईमा विद्यमान यो प्रथा कहिलेदेखि सुरू भयो भन्ने एकिन तिथिमिति अहिलेसम्म फेला परेको छैन । तर पनि यो भूमि र गरिबीसँग जोडिएको विषय हो भन्नचाहिँ कुनै अनुसन्धान आवश्यक पर्दैन । हरवा-चरवासँग खेती गर्ने त परै जाओस्, आफ्ना लागि झुपडी ठड्याउने जमिनसमेत कहिल्यै भएन । यसका लागि थोरै जमिन त दिए तर आफ्नो खेती सुनिश्चित गर्ने सर्तमा । केहीले आफ्नो खेती गरिदिएबापत केही जग्गा कमाइखानका लागि दिएका पनि देखिन्छन् तर त्यो जीविकाका लागि पर्याप्त हुँदैन । खानका लागि पुग्दो जमिन नभएपछि सधैं मालिकको जग्गामा श्रम गर्नुपर्ने नै भयो । त्यसैले यो प्रथा गरिबी र भूमिसँग अन्तरसम्बन्धित विषय हो ।

हरवा-चरवाले उचित ज्याला पाउँदैनन् । तर पनि जीविकाको अन्य विकल्प नभएकाले उनीहरू एउटै मालिककोमा बाँधा श्रमिकका रूपमा बस्न बाध्य भएका हुन् । घर/व्यवहार चलाउनका लागि लिएको सापटी पनि उनीहरूको पुस्तौंपुस्तासम्म नसकिने ऋणका रूपमा रहेको छ । धेरैले बाबु/बाजेले कुनै जमानामा कुनै व्यक्तिसँग लिएको ऋणको ब्याजबापत काम गरिदिनुपर्ने बाध्यता छ । विडम्बना त यो छ कि जसको घरमा पुस्तौंदेखि ऋण चुक्ताका लागि श्रम गरिरहेका हुन्छन् तिनैलाई ऋण कति थियो र कति समय श्रम गरेपछि त्यो कट्टा हुन्छ भन्नसमेत जानकारी हुँदैन ।

यस अर्थमा हरवा-चरवा पुस्तौंदेखि न्यायिक ज्यालाबिना नै श्रम गर्न बाध्य छन् । झट्ट हेर्दा न्यून नै भए पनि ज्यालामा काम गरेको देखिन्छ तापनि ऋण, जग्गा, झुपडी वा अन्य यस्तै बाध्यकारी सम्बन्धबाट उनीहरू बाँधिएका छन् । यसरी सामन्ती प्रथाका कारण उनीहरूले गरेको श्रमको न्यून ज्याला, लिएभन्दा बढी रकमको तमसुक बनाउने, चर्को ब्याज तिर्नुपर्ने र जुनसुकै सरकार आए पनि हरवा-चरवाका पक्षमा खास नीति तथा कार्यक्रम नल्याइएकाले अन्यायको साङ्लोबाट फुत्कन गाह्रो भएको हो । यही कारण आजको सभ्य भनिने युगमा पनि हरवा-चरवाका समस्या झन्-झन् जटिल बन्दै गइरहको छ ।

अबको बाटो

हरवा-चरवाको सवाल केवल तिनको मानव अधिकार एवं बाँच्न पाउने अधिकारसँग मात्र जोडिएको छैन । उनीहरूमाझ व्याप्त भूमिहीनता समाप्त पार्नुसँग सम्बन्धित छ । कृषि रोजगारीले मात्र हरवा-चरवाको समस्या समाधान हुँदैन । न त ज्याला वृद्धि नै यसको अचुक उपाय हो । त्यसैले विकल्पस्वरूप दिगो जीविकोपार्जनका कार्यक्रम पनि पुनर्स्थापनाको महत्वपूर्ण पाटो हो । आर्थिक विपन्नताबाट गुज्रिरहेको हरवा-चरवा समुदायका युवाहरू अरूझैं वैदेशिक रोजगारीमा जान पनि सम्भव छैन । त्यसका निमित्त पनि खेतीमा आमूल सुधार आवश्यक छ । अधिकांश हरवा-चरवाको बास असुरक्षित छ । खोला किनार जस्ता जोखिम स्थानमा बस्न बाध्य छन् । यी सबै समस्या समाधानका लागि सबैभन्दा पहिले हरवा-चरवाको एकिन तथ्याङ्क सङ्कलन गरी उचित पुनर्स्थापना कार्यक्रम सञ्चालन गर्नुपर्छ । ताकि पुस्तौंदेखि दोस्रो दर्जाको नागरिक बनाइन बाध्य हरवा-चरवा समुदायका आगामी पुस्ताले यो विषय इतिहासमा मात्र सीमित देख्न सकून् । यसका लागि विभिन्न तहका सरकारले आफूलाई कानुनले दिएको अधिकार प्रयोग गरी निम्न काम गर्नुपर्ने हरवा-चरवा समुदायको मात्र छ ।

सङ्घीय सरकार

हरवा-चरवा तथ्याङ्क सङ्कलन गरी सबै हरवा-चरवालाई परिचयपत्र वितरण गर्नुपर्छ । हरवा-चरवाको ऋण मिनाहा गरिनुपर्दछ । परिचयपत्रका आधारमा सुरक्षित आवास र कम्तीमा ५ कठ्ठा खेतीयोग्य जग्गा उपलब्ध गराउने नीति तथा कार्यक्रमको योजना (बजेटसहित) पारित गर्नुपर्छ ।

———बाँकी ४ पेजमा

आजको राशिफल

हाम्रो पात्रोबाट साभार

मेष :- आज प्रेमीको सहयोग प्राप्त हुनेछ । दाम, इनाम र प्रतिष्ठा कमाउने वेला छ । न्यायिक कार्यमा सफलता मिल्नेछ । शुभकार्यको चर्चा चल्नेछ ।

वृष :- आज रोकिएको धन हात पर्ला । धर्म कर्म, परोपकार, समाजसेवा जस्ता कार्यमा मन लाग्नेछ । अतिथिको रुपमा सत्कार पनि पाइनेछ ।

मिथुन:- सरकारी निकाएको भय रहला । व्यवसायमा नोक्सानी बेहोर्नु पर्नेछ । अविश्वाश उत्पन्न हुनेछ । परिवारमा झैं-झमेलाको अवस्था आउला ।

कर्कट :- शुभ समाचार सुन्न पाइएला । वैदेशिक क्षेत्रको काम अघी बढ्नेछ । राज्यबाट मान सम्मान पाइनेछ । सामाजिक क्षेत्रमा सफलता मिल्नेछ ।

सिंह:- लाभ,हानी,आय,व्यय,सुख,दुख वरावरी मध्यम खालको दिनछ । ठुलो कारोबारमा लगानी नगर्दा वेश हुनेछ । सामान हराउने वा चोरी हुने भयछ ।

कन्या :- आज दाम, इनाम र प्रतिष्ठाकमाउने बेलाछ । शुभकार्यको चर्चा चल्नेछ । परिवारमा सुख सन्तोष छाउनेछ । कला र गलाको प्रभाव बढ्नेछ ।

तुला :- आत्मविश्वास र पराक्रममा वृद्धि हुनेछ । अचल सम्पत्ति हात पर्ने योगछ । आँटेको र ताकेको कार्य पुरा होला । कलकारखाना र बन्दव्यापारमा फाइदा हुनेछ ।

वृश्चिक :- अरूलाई प्रभावित पारेर काम बन्नेछ । मनोरञ्जनमा सहभागी भइएला । परिवारिक सद्भाव बढ्नेछ । व्यापार,व्यवसायमा पर्याप्त लाभ मिल्नेछ ।

धनु :- नयाँ कार्यको थालनी हुनेछ । लगनशीलताले कामहरु अगाडी बढ्नेछन । वित्तिय संस्थाबाट सहयोग पाईनेछ । पदोन्नतीको सम्भावना प्रवलछ ।

मकर:- आज अचल सम्पत्ती हात पर्न सक्छ । धार्मिक कार्यमा रूचि बढ्नेछ । वित्तिय संस्थाबाट सहयोग पाईनेछ । प्रेम र मित्रताको बन्धन कसिने बेला छ ।

कुम्भ:- बन्न लागेको काम विग्रिनेछ । प्रेममा बाधाका साथै मन कमजोर रहला । दुष्ट व्यक्तिको संगतले आत्मघाती काम गर्न पुगिएला सचेत रहनुहोला ।

मिन :- आज आफन्त संग भेट घाट हुनेछ । आफ्नो क्षेत्रमा प्रभूत्व जमाउन सकिनेछ । स्वादिष्ट भोजन पाईनेछ । एउटै कामबाट दोहोरो लाभ मिल्नेछ ।

धुर, घुर ...

सुतेर रात कटाएपनि जाडो महिना अभिशाप नै हुन्छ ।

'खेतबारीमा काम गर्ने र स्वास्थमा ध्यान दिन नसक्ने दलित मुसहर समुदाय चिसोबाट बढी प्रभावित हुन्छन्' लहान क्याम्पसका मनोविज्ञान विभागका प्राध्यापक कन्हैया भट्ट भन्छन् 'अशिक्षा र गरिबीका कारण समय र परिस्थितीलाई बुझ्ने वातावरण नपाएकाले पनि दलित समुदायका उनीहरू प्राकृतिकरूपमा प्रताडित हुनपुग्छन् ।'

सोझो जाति भएकाले अह्राएको जस्तोपनि काम गर्न तयार मुसहर दलित परिवारका उनीहरूमा कुनबेला कसरी काम गर्ने भन्ने जानकारी नभएकाले पनि समस्या देखिएको उनको भनाइ छ । पोषण, खानपानको अभावले सबैभन्दा बढी पीडित समुदाय दलित मुसहर परिवार रहेको उनको तर्क छ ।

समाजशास्त्रका सह प्राध्यापक शोभितलाल चौधरी सामाजिक, साँस्कृतिक र वातावरणीयसँगै बासस्थानको कारणले पनि सीमान्तकृत दलित मुसहर समुदाय प्राकृतिक रूपमा बढी मारमा पर्छन । 'खुल्ला स्थानमा बस्न रूचाउने, खुल्ला आकाशमुनि आगो ताप्ने र न्यानो कपडा, अत्याधुनिक बाँसस्थान नहुदा ती समुदायलाई बाहिरी चिसोपनले बढी प्रभाव पारेको देखिन्छ' सहप्राध्यापक चौधरीले भने ।

शारीरिकरूपमा सबैं उस्तै भएपनि गरिबीको पराकाष्ठा, घरको बनाबट र प्रकृतिलाई आफ्नो पहुँचमा राख्न नसकेको कारणले ती समुदाय मारमा परेका हुन, उनीहरूलाई मुल प्रवाहमा समावेश गर्न आवश्यक रहेको सुझाउँछन् समाजशास्त्री चौधरी ।

दलित अधिकारकर्मी उमेश विसुन्के नाजुक आर्थिक अवस्था भएका गरिव, सुकुम्बासी परिवार जाडोबाट बढी प्रताडित हुने गरेको बताउँछन् । 'जाडोबाट अन्य समुदाय र सर्वसाधारण प्रभावित हुन्छन्, ती मध्येपनि विशेष गरी निमुखा, सुकुम्वासी परिवार प्रभावित हुन्छन्' उनले भने 'कतिपय आर्थिक अवस्था निम्छरो भएरै न्यानो कपडाको जोहो गर्ननसक्दा प्रताडित हुन्छन भने कतिपय जाडो बाट जोगिन अपनाउनुपर्ने सावधानी बारे जनचेतना नभएकैं कारण पनि जाडोको मुखमा परि अकाल मृत्युवरण गर्नुपरेको अवस्था समेत छ ।

निमुखा, सुकुम्वासी समुदायका लागि राज्य र स्थानीय सरकारले दीर्घकालीन योजना तर्जुमा गरी समस्या समाधान गर्न उपाय अवलम्बन गर्नुपर्ने उनको धारणा छ । तराईमा शितलहरको बेला केही गरिब वस्तीमा पुगेर केहीलाई कम्बल लगायत न्यानो कपडा वितरण गरेरमात्रै नहुने तर्क गर्छन । जिल्लामा संघसंस्थाले केहीलाई कम्बल वितरण र जिल्ला प्रशासन लगायत सरकारी निकायले दाउरा वितरण गरेर बर्सेनि झारा टार्ने काम गर्दै आएको प्रति दु:खेसो गर्दै उनले शीतलहरबाट बच्ने उपायबारे गरिब, दलित, सुकुम्वासी वस्ती जनचेतना अभियान सञ्चालन गर्नुपर्ने र न्यानो कपडा खरिदका लागि सहयोग गर्नुपर्ने सुझाए ।

२४ बर्षदेखि ...

त्यसो त उनले आलु खेतीको आम्दानीबाटै १५ जना परिवारको गुजारा चलाएका छन् । आफूले पढन नपाएपनि १ छोरा र २ छोरीलाई महंगो खर्चमा बोर्डिङ्ग स्कुलमा पढाएका छन् । लागत र खर्च कटाएर डेढ विघा जग्गामा उब्जाएको आलुबाट बर्सेनि चार लाख रूपैयाँसम्म आम्दानी लिन्छन् ।

त्यत्तिमात्र होइन त्यही आलु खेतीबाट उनले दुई जनालाई रोजगारी दिएका छन । उनीहरूले खेतीमा काम गरेवापत मासिक १२ हजार रूपैयाँ पाउँछन् । कामदारलाई खाजा, खाना दुवै दिन्छन् । बलरामले मंसिरमा लगाएको डेढ विघा जग्गाको प्लटमा अहिले लहलह आलुको बोट झुलेको छ । जिल्लामैं आलुको नमूना खेती गर्दै आएका उनको खेतमा आलु खेती हेर्न अन्य कृषकहरू पनि आइरहन्छन् । २०५२ सालमा स्थानीय प्रजातिको आलु रोपेर खेती सुरू गरेका उनले सुरूवाती दिनमा एक कठामा ४ क्वीण्टलसम्म आलु उब्जाए । त्यत्तिमा मात्र उनको चित बुझेन । उनले उत्पादन वृद्धिका लागि भारतको वैशाली विहारबाट अरूणा गोल्ड प्रजातिको आलु बीउ भित्र्याए । एक दशकदेखि त्यही अरूणा गोल्ड प्रजातिको बीउबाट आलु खेती गर्दै आएका उनले अहिले कठामा ८ क्वीण्टलसम्म उब्जाउँछन् ।

उब्जनीबाटै उनले आलु बीउ समेत उत्पादन गर्छन । प्रांगारिक मलबाट खेती गर्दै आएका उनले मलका लागि ६ वटा भैसी र बस्तुभाउ समेत पालेका छन् । 'विषादी र रासायनिक मल प्रयोग गर्न चाहदिन' बलरामले भने 'घरेलु तरिकाबाट तयार गरेको औषधिले काम गरेन भनेमात्रै विषादी प्रयोग गर्न बाध्य हुन्छु, अन्यथा विषादी प्रयोग गर्दिन ।'

सुरूवाति दिनमा आलु खेतीबारे प्राविधिक ज्ञान, तालिम लिएका उनी खेती गर्दागर्दै आलु खेतीमा दक्ष बनिसकेका छन् । उनको सिको गर्दै नौडेगाका घरलौरी किसानले आलु खेती गर्छन । महतो, चौधरी, पासवान, राम, सदाय समुदायका ८५ घर परिवारको बसोबास रहेको नौडेगाका घरलौरीले यो सिजनमा आलु खेती गर्छन । कृषि ज्ञान केन्द्रले नौडेगालाई आलु खेतीको पकेट क्षेत्र नै तोकेको छ ।

मंसिरमा सुरू गरेको आलु खेती फागुनसम्ममा भित्र्याईसकेपछि उनी त्यही खेतमा मकै र धान उब्जाऊछन् । धानको उब्जनीले वर्षभरी खानपुग्ने राखेर अरू बिक्री गर्छन । नौडेगाका अधिकांश किसानले आलु खेतीपछि मकै, धानको खेती गर्छन ।

टहराको बास

दिनभर आलु खेतीमैं बिताएपनि नौडेगाका किसानको दु:ख रातमा टहराको बास हुन्छ । कारण, नजिकैं नौडेगा सामुदायिक वन क्षेत्र भएकाले जंगली जनावर निलगाई (स्थानीय भाषामा घोडगधा) र बँदेलले रातमा बाली सखाप पार्ने हैरानीले उनीहरूको रातमा टहराको बास भएको हो ।

'जंगली जनावरले बाली सखाप पार्ने भएकाले टहरामैं बस्न बाध्य छौं' उनले भने 'रातभर जंगली जनावरको बथानै भित्रिन्छ, टहरा छेउ जाडोमा आगो बालेर रात काट्छौं ।'

त्यसो त नौडेगाका अधिकांश किसानको रात टहरामैं बित्ने गरेको छ । जंगली जनावरबाट बाली जोगाउन खेतमा खेतीसूगै टहरा भेटिन्छ ।

स्थानीय ...

तथा अध्ययन कार्यदल गठन गरेको थियो । नेपाल सरकार (मन्त्रिपरिषद्) को गत भदौ ५ गतेको बैठकले साविकमा जिल्लागतरूपमा उपलब्ध गराइएको प्राथमिक, निम्न माध्यमिक र माध्यमिक तहका शिक्षक दरबन्दी तथा राहत अनुदान कोटालाई शिक्षा ऐन (संशोधन सहित) २०२८ को दफा ११ (५) बमोजिम स्थानीय तहगतरूपमा एक पटकका लागि शिक्षा, विज्ञान मन्त्रालयबाट मिलान गर्ने गरी जिम्मेवारी दिएको थियो । यसरी समायोजना हुँदा हाल शिक्षक सरूवा हुने स्थिति नरहेको केन्द्रले जनाएको छ ।रासस

रायोको...

वीउमा उपचार गर्नु पर्दछ । खेतीको अवस्था देखा परेपछि वलाईटक्स ५० २–३ ग्राम प्रति लिटर पानीमा मिसाई १०–१५ दिनको फरकमा छर्नु पर्दछ ।

रोगका लक्षणहरू

यस रोगको कारणले पातहरूमा टाडेपाटे रंग देखिन्छ र नसा पहेलिन्छ रोग वढ्दै गएपछि पात पूर्ण पहैंलो भई नसाहरूको वीचमा विभिन्न आकारका हरियो उठेका भागहरू देखिन्छन् । यसको व्यवस्थापन हेतु रोगी विरूवाहरू उखेलेर जलाउने, रोग मुक्त वीउ/वेर्ना प्रयोग गर्ने तथा चुसाहा प्रकृतिका कीराहरूलाई नियन्त्रण गर्नु पर्दछ ।

टिप्न तयार र टिप्दा खेरी ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

रायो साग बाली रोपेको ३०–४० दिनमा पहिलो टिपाई गर्न सकिन्छ ।त्य सपछि प्रत्येक १०–१५ दिनको फरकमा करीब १०० दिन सम्म टिप्न सकिन्छ । पात टिप्दा वीचको पात टिप्नु हुदैन । साईज भएका कलिलो र कोमल बाहिरका पातहरू टिप्नु पर्दछ । सही समय चोटपटक नलगाई हलुका तवरले टिप्दा नयाँ पात पलाउने र टिपाईको पटक समेत वढ्छ ।

तु सारो वा ज्यादा ठण्डाबाट जोगाई रायो खेती गर्ने कुनै तरिका छ ?

असामान्य तापक्रम (शुन्य डिग्री सेल्सीयस वा सो भन्दा तल) गिरावटले रायोको पातको वृद्धि ढीला भई कक्रेर वसेको हुन्छ ।

लामो अवधि सम्म यस्तो अवस्था आईपर्ने ठाउँहरूमा प्लाष्टिकको घर निमार्ण गरी तथा चिसो सहने जातहरू लगाई समस्याबाट पार पाउन सकिन्छ ।

महत्वपूर्ण टेलिफोन नम्बरहरू

वारुण यन्त्र, लहान	०३३–५६३११९
ईलाका प्रहरी कार्यालय, लहान	०३३–५६०१५५
ईलाका प्रशासन कार्यालय, लहान	०३३–५६०२६६
जि.ट्राफिक कार्यालय, लहान	०३३–५६०७३७
लहान नगरपालिकाको कार्यालय	०३३–५६३१३८
नेपाल विद्युत प्राधिकरण, लहान	०३३–५६०२४६
सव स्टेशन, लहान	०३३–५६०४००
नेपाल टेलिकम, लहान	०३३–५६०४४४
प्राविधिक शिक्षालय, लहान	०३३–५६००१६
अञ्चल यातायात कार्यालय, लहान	०३३–५६०२१७
रा.उ.स्मारक अस्पताल, लहान	०३३–५६००१९
आ. राजस्व कार्यालय, लहान	०३३–५६००८८
कृषि विकास बैंक, लहान	०३३–५६०१४७
कृषि सामाग्री संस्थान, लहान	०३३–५६०१४८
घरेलु तथा साना उद्योग, लहान	०३३–५६०१२८
दु.शा.अतिथि सदन, लहान	०३३–५६०१६९
आँखा अस्पताल, लहान	०३३–५६००८०
जे.एस.मु.ब.क्याम्पस, लहान	०३३–५६०२५२
रक्त संचार केन्द्र, लहान	०३३–५६०९७५
मारवाडी सेवा सदन, लहान	०३३–५६१४११
जि.प्रशासन कार्यालय, सिरहा	०३३–५२०१२३
जिल्ला प्रहरी कार्यालय, सिरहा	०३३–५२०११२
नगर प्रहरी, सिरहा	०३३–५२०२६७
प्रहरी चौकी, माडर (सिरहा)	०३३–५२०४००
को.ले.नि.का. सिरहा	०३३–५२०१३०
कृषि विकास बैंक, सिरहा	०३३–५२०४७०
जिल्ला समन्वय विकास कार्यालय, सिरहा	०३३–५२००३७
सिरहा जिल्ला अदालत, सिरहा	०३३–५२००५६
जिल्ला अस्पताल, सिरहा	०३३–५२००६४
जनस्वास्थ्य कार्यालय, सिरहा	०३३–५२००८१
जिल्ला शिक्षा समन्वय इकाई शाखा, सिरहा	०३३–५२०००४
नेपाल टेलिकम, सिरहा	०३३–५२००३३
नेपाल विद्युत प्राधिकरण, सिरहा	०३३–५२०१६१
राष्ट्रिय बाणिज्य बैंक, सिरहा	०३३–५२०००२
रेडक्रस सोसाइटी, सिरहा	०३३–५२००९५
ईलाका प्रहरी कार्यालय, मिर्चैया	०३३–५५०१००
कृषि विकास बैंक, मिर्चैया	०३३–५५०००५
सिता नोबेल न्यूज सेन्टर	०३३–५६००२७
सविना बुक्स एण्ड सप्लायर्स लहान–७	०३३–५६०५११
स्वस्तिका इलेक्ट्रिक एण्ड जेनरल अर्डर सप्लायर्स लहान–१०	९८४२८९०९६५

नगरवासीका लागि जनहितमा जारी सार्वजनिक सन्देश !

शीत–लहरको समयमा चिसोका कारण मानिसको मृत्युसमेत हुन सक्छ त्यसैले :

१. न्यानो कपडाको जोहो समयमैं गरौं । २. शीत–लहरको समयमा घरबाहिर खुला स्थानमा धेरै समय नबिताऔं, घरबाहिर निस्कनु परेमा वा धेरै समय बिताउनु पर्ने भएमा न्यानो कपडा लगाऔं । ३. रातको समयमा सिरक, कम्बलजस्ता न्यानो कपडा ओढ्ने गरौं । घरभित्र राति सुत्दा शरीरका साथै अनिवार्यरूपमा छाति तथा टाउको ढाक्ने प्रबन्ध मिलाऔं । ४. शीत–लहर चलेको समयमा आगो तापेर शरीरलाई न्यानो राख्ने गरौं । ५. चिसोको समयमा शरीरलाई चाहिने आवश्यक तातो झोलयुक्त खाने कुराहरू खाने बानीको विकास गरौं । ६. बालबालिका, वृद्धवृद्धा, गर्भवती महिला तथा बिरामीहरूको हेरचाहमा विशेष सतर्कता अपनाउँदै न्यानो अवस्थामा राख्ने व्यवस्था मिलाऔं । ७. चिसोको कारण बिरामी भएमा तत्कालै नजिकको स्वास्थ्य चौकी वा अस्पतालमा तुरून्त उपचारको लागि जाने बानीको विकास गरौं । ८. शीत–लहर चलेको बेलामा पाल्तु पशुपंक्षीलाई सकेसम्म खुल्ला स्थानमा चराउन नलैजाऔं । गोठ/टहरामैं राखेर पर्याप्त घाँस, पराल र दाना दिने व्यवस्था मिलाऔं । ९. चिसोका कारण पशुपंक्षी बिरामी भएमा नजिकैको पशु चिकित्सालयमा तुरून्तै सम्पर्क गरी औषधी/उपचार गर्न लैजाऔं । १०. कोठाभित्र आगो बाली तातो पार्दा पर्याप्त भेण्टिलेसनको व्यवस्था मिलाउन नभुलौं ।

लहान नगरपालिका कार्यालय, सिरहा

कर्जन्हा नगरपालिका कार्यालय, सिरहा

मिर्चैया नगरपालिका कार्यालय, सिरहा

सुखिपुर नगरपालिका कार्यालय, सिरहा

कल्याणपुर नगरपालिका कार्यालय, सिरहा

धनगढीमाई नगरपालिका कार्यालय, सिरहा

गोलबजार नगरपालिका कार्यालय, सिरहा

सिरहा नगरपालिका कार्यालय, सिरहा

मान्छेमा तीन किसिमको दु:ख : कसरी उत्पन्न हुन्छ ?

एउटा मोटरसाइकल किनेको मान्छेले केही दिन मोटरसाइकलमा यात्रा गरिसकेपछि कार चढ्ने अभिलाषा राख्छ । उसले व्यक्त गरोस् नगरोस् या आफ्नो क्षमतालाई हेरेर मनमा खेलेको कुरालाई भुलाउने प्रयास गरे पनि उसले आफूले मोटरसाइकलमा चढ्दा पाएको सुखलाई कार चढ्ने अभिलाषाका कारण मारिरहेको हुन्छ । जसले गर्दा मान्छे जहिले दु:खी हुने गर्छ । हामी सामान्य मोबाइल चलाइरहँदा स्क्रिन टच मोबाइल बोक्ने इच्छा राख्छौं । स्क्रिन टच मोबाइल बोकेपछि हामीले आइफोन या त्यस्तै थप विलासी सामानको अभिलाषा राख्छौं । त्यो पूरा भयो भने हामीले फेरि त्योभन्दा ठूलो कुराको खोजी गर्छौं र पूरा भएन भने त्यसैमा चिन्तित भएर बस्छौं । तर यसरी सधैं दु:खको शृत्तलालाई कहिलेसम्म पछ्याइरहने ?

हामीले कहिले आफ्नै कारणले दु:ख पाउँछौं भने कहिले अन्जात तरिकाले पनि दु:ख पाउने गर्छौं । हामी हिँड्दै गर्दा बाटोमा दुर्घटनामा पर्छौं भने त्यो हाम्रो कारणले हुने गर्छ । तर ती सबैलाई पूर्वीय दर्शनले तीन किसिमको दु:खको रुपमा वर्गीकरण गरेको छ । पूर्वीय दर्शनको महत्वपूर्ण अंग मानिएको सांख्यले मान्छेको जीवनमा आउने त्रिविध दु:खको परिकल्पना गरेको छ । त्यही तीन किसिमको दु:खको अत्यन्ताभाव अर्थात् निवारण नै प्राणीमात्रको मुख्य उद्देश्य हो भन्ने सो शास्त्रको मान्यता छ ।

सांख्यको मतानुसार तीन किसिमको दु:ख

१.आधिभौतिक
२.आधिदैविक
३. आध्यात्मिक

आधिभौतिक दु:ख

हामी बाटोमा हिँड्दै गर्दा कतै केही दुर्घटना भयो, हामीलाई कतै वन्यजन्तु लगायतले आक्रमण गरेर दु:ख उत्पन्न गराइरहेको हुन सक्छ । यस्तै वाह्य कारणले हाम्रो शरीरमा हुने दु:ख आधिभौतिक दु:ख हो । त्यस्ता वाह्य कारणले हामीमा एउटा नयाँ दु:खको सिर्जना गर्छ । यो मात्रै आधिभौतिक दु:ख होइन, हाम्रो शरीरले भोग्ने सबै किसिमका दु:खहरू आधिभौतिक दु:ख अन्तर्गत् गर्छ ।

आधिदैविक दु:ख

कहिले अतिवृष्टि हुन्छ त कहिले अनावृष्टि हुन्छ । कहिले असिनाले सबै बालीनाली सखाप कनाइदिन्छ त कहिले चट्याङ परेर मान्छेको जीवन नै हरण भइरहेको हुन सक्छ । यी कुनै पनि विपत्तिहरू हाम्रो वशमा छैन र यसलाई हामीले दैवीप्रकोपको रूपमा लिन्छौं । यसैबाट उत्पन्न दु:खलाई नै हामीले आधिदैविक दु:खको रूपमा लिने गर्छौं ।

आध्यात्मिक दु:ख

जुन दु:ख शरीरभित्र नदेखिने गरी उत्पन्न हुन्छ, त्यसलाई आध्यात्मिक दु:खको रुपमा मान्ने गरिन्छ । ईर्ष्या, द्वेष, लोभ, मोह, क्लेश, रोगादि दु:ख हाम्रो आध्यात्मिक दु:खभित्र पर्छ । यसको समाधानको लागि हामीसँग चिन्तन र दर्शनको साधनाको विकल्प छैन ।

हामी हिजोआज आधुनिक दुनियाँमा रमाउने गरेका छौं । विज्ञानले हाम्रो जीवनलाई सहज बनाएको छ । हामी सारा विश्वलाई एउटा आँगनको रूपमा घरमै बसीबसी देख्न सक्छौं । तर त्यसले हामीलाई खुसी दिन सक्छ त ?

यस्ता प्रविधिले हामीलाई खुसी दिन सक्छ । तर यस्ता खुसीहरू क्षणिक हुन्छन् । जस्तो हामीलाई एउटा ठूलो मोबाइल बोक्ने इच्छा जारी हुन्छ । त्यो इच्छा पूरा नभएसम्म मनमा दु:ख उत्पन्न हुन्छ । तर जब हामीले त्योभन्दा महँगो मोबाइल देख्दैनौं त्यतिबेलासम्म मात्रै हाम्रो खुसी बाँकी रहन्छ । अर्को त्योभन्दा राम्रो मोबाइल देख्नेबित्तिकै हामीमा आशक्ति सुरु भइहाल्छ । त्यसैले हामीले क्षणिक सुख नभई दीर्घकालीन सुखको खोजी गर्नुपर्छ भन्ने मान्यता हो । त्यसको एउटै बाटो भनेको मुक्तिको बाटो हो ।

के यी तीनै दु:खलाई पुरुषार्थ गर्न सकिन्छ ?

समयको हिसाबले दु:ख तीन किसिमको हुन्छ- भूत, वर्तमान र अनागत (भविष्य) । केवल अनागत (भविष्य)को दु:खलाई मात्रै पुरुषार्थ(निवारण) गर्न सकिन्छ । किनकि भूत व्यतित भइसक्यो र वर्तमान केही समयमा नै व्यतित हुनेवाला छ । त्यसैले यी दुवै स्वयं नाश हुने विषयलाई भुलेर केवल अनागत(भविष्य)को दु:खलाई मात्रै नाश गर्न सकिन्छ ।

सांख्य दर्शनले कारणको नाश हुनुले कार्यको समेत नाश हुने भन्दै दु:खको निवारणभन्दा पनि दु:ख के कारणले उत्पन्न भएको छ ? त्यसको निवारणको उपाय सोच्नुपर्ने बताउँछन् । यसै सन्दर्भमा महर्षि पतञ्जलिले समेत भनेका छन्- हेयं दु:खमनागतम् । अर्थात् दु:खको जरैदेखि निवारण गर्नको लागि हामीले अनावश्यक आशक्तिलाई दूर गर्नुपर्छ । आफूसँग नभएको विषयलाई सोचेर अनावश्यक चिन्ता लिने होइन कि आशक्ति त्यागेर हिँड्नु आवश्यक रहेको बताइन्छ ।

दृश्यपदार्थ दु:खको दीर्घकालीन औषधि होइन सांख्यले दृश्य पदार्थ अर्थात् हामीले देखेको विषयलाई अनागत(भविष्य)को दु:खको दीर्घकालीन औषधि मान्दैन । उदाहरणको लागि हामी आगो या कपडाको सहयोगमा शितलाई भगाउने गर्छौं । हामीलाई न्यानो महसुस हुन्छ । तर आगो या कपडाबाट टाढा भएपछि फेरि चिसो सुरु हुन्छ । त्यसैले यी सबै दु:खका क्षणिक औषधिहरू हुन् ।

दर्शनले यही दीर्घकालीन सुखलाई मुक्तिको रुपमा मान्ने गर्छ । प्रत्येक बुद्धिमान मान्छेले दृष्ट पदार्थलाई छाडेर मोक्षको लागि प्रयत्न गर्नुपर्छ, यही नै मान्छेको उद्देश्य हो । सुख क्षणिक छ त्यसैले मोक्षमार्फत् दीर्घकालीन सुख पाउन सकिन्छ भन्ने मान्यता हो ।

सांख्य दर्शनले नै दु:ख जीवको स्वभाविक गुण होइन भन्छ । किनकि जुन गुण स्वभावबाटै हुन्छ, त्यो गुणीबाट अलग हुन सक्दैन । दु:ख जीवको स्वभाविक गुण होइन । *अनलाईनखबरबाट*

मुक्तिको ...

हलिया र कमैयाको पुनर्स्थापना कार्यक्रममा देखिएका कमजोरीबाट पाठ सिक्दै हरवा-चरवाले अब पुन : दु:ख पाउने अवस्था सदाका लागि अन्त्य हुनेगरी काम अघि बढाउनुपर्छ ।

प्रादेशिक सरकार

प्रदेश सरकारले हरवा-चरवा समुदायले सुरक्षित र सम्मानित अवसर प्राप्त गर्ने वातावरण निर्माण गर्नुपर्छ । हरवा-चरवाको समस्या समाधानका लागि प्रदेशस्तरीय आयोग गठन गरी हरवा-चरवा मुक्ति र पुनर्स्थापनाको काम सुरु गर्नुपर्छ । स्थानीय तहको सरकारलाई हरवा-चरवाको एकीन तथ्याङ्क लिइ प्रमाणीकरण गर्नका लागि सहयोग गर्नुपर्छ । हरवा-चरवा परिवारको जीविकोपार्जन र आयआर्जनका लागि सिपमूलक तालिम र सहुलियत ब्याजमा ऋण उपलब्ध गराउने प्याकेज कार्यक्रम लागु गरिनुपर्छ । हरवा-चरवाले न्यायोचित पारिश्रमिक पाउने प्रावधान सुनिश्चित गर्नुपर्छ । र, युवा पुस्ताका लागि वैकल्पिक जीविकोपार्जन कार्यक्रम, प्राविधिक र व्यावसायिक तलिम व्यवस्था गर्नुपर्छ ।

प्रदेश २ मा अझै प्रशस्त खाली जमिन छन् । सरकारी र अन्य त्यस्ता जमिन आवास निर्माणका लागि प्रयोग गर्न सकिने खालका छन् । जोखिमस्थलमा बसोबास गर्ने हरवा-चरवाका लागि प्रदेश सरकारले सुरक्षित आवास निर्माण र जीविकोपार्जनलाई लक्षित गरी जमिन उपलब्ध गराउनुपर्छ ।

स्थानीय सरकार

स्थानीय तहमा समस्या र समाधानको विकल्प पनि छ । हरवा-चरवाको समस्या समाधानको लागि गाउँपालिका/नगरपालिकाले हरवा-चरवाको एकीन तथ्याँकको आधारमा स्थानीयस्तरमा उपलब्ध स्रोत र साधन नक्शाँकन गरी विकल्प तयार गर्न सक्छ । हरवा-चरवाको लगत संकलन गरी प्रमाणिकरण गर्नुपर्दछ । सोको आधारमा परिचय पत्र वितरण गर्नुपर्दछ । हरवाचरवाका बालबालिकालाई दिवा खाजा, स्कुल पोशाक लगायतका शैक्षिक सामग्रीको विशेष व्यवस्था गर्नुपर्दछ । न्यायिक समितिले हरवा चरवाहरूप्रति भएका मानवीय दुर्व्यवहार, अन्याय र महिला हिसाको तत्काल न्याय दिलाउनु पर्दछ । सडक विस्तार तथा अन्य विकासका नाममा ऐलानी एवं सार्वजनिक जग्गामा बसिरहेका हरवा-चरवालाई विना विकल्प उठीवास गराउने कार्य बन्द गरिनुपर्दछ । न्यायिक ज्याला निर्धारण गरी कार्यान्वयन गराउनु पर्दछ । गाउँमै शिविर सञ्चालन गरी हरवा-चरवालाई नागरिकता दिलाउनु पर्दछ ।

भौतिक दुरी कायम गरी कोरोना भाइरसको संक्रमणबाट आफू पनि बचौं र अरुलाई पनि बचाऔं ।
-: जनहितका लागि :-
हरेक खबर, विशेष खबर
जि.प्र.का.सि.द.नं. ११०/०७६/०७७
राष्ट्रिय दैनिक
लहानपोस्ट् LAHANPOST DAILY

गाउँपालिकावासीका लागि जनहितमा जारी सार्वजनिक सन्देश !

शीत-लहरको समयमा चिसोका कारण मानिसको मृत्युसमेत हुन सक्छ त्यसैले :

१. न्यानो कपडाको जोहो समयमै गरौं । २. शीत-लहरको समयमा घरबाहिर खुला स्थानमा धेरै समय नबिताऔं, घरबाहिर निस्कनु परेमा वा धेरै समय बिताउनु पर्ने भएमा न्यानो कपडा लगाऔं । ३. रातको समयमा सिरक, कम्बलजस्ता न्यानो कपडा ओढ्ने गरौं । घरभित्र राति सुत्दा शरीरका साथै अनिवार्यरूपमा छाति तथा टाउको ढाक्ने प्रबन्ध मिलाऔं । ४. शीत-लहर चलेको समयमा आगो तापेर शरीरलाई न्यानो राख्ने गरौं । ५. चिसोको समयमा शरीरलाई चाहिने आवश्यक तातो झोलयुक्त खाने कुराहरू खाने बानीको विकास गरौं । ६. बालबालिका, वृद्धवृद्धा, गर्भवती महिला तथा बिरामीहरूको हेरचाहमा विशेष सतर्कता अपनाउँदै न्यानो अवस्थामा राख्ने व्यवस्था मिलाऔं । ७. चिसोको कारण बिरामी भएमा तत्काले नजिकको स्वास्थ्य चौकी वा अस्पतालमा तुरुन्त उपचारको लागि जाने बानीको विकास गरौं । ८. शीत-लहर चलेको बेलामा पाल्नु पशुपंक्षीलाई सकेसम्म खुल्ला स्थानमा चराउन नलैजाऔं । गोठ/टहरामैं राखेर पर्याप्त घाँस, पराल र दाना दिने व्यवस्था मिलाऔं । ९. चिसोका कारण पशुपंक्षी बिरामी भएमा नजिकैको पशु चिकित्सालयमा तुरुन्तै सम्पर्क गरी औषधी/उपचार गर्न लैजाऔं । १०. कोठाभित्र आगो बाली तातो पार्दा पर्याप्त भेण्टिलेसनको व्यवस्था मिलाउन नभुलौं ।

बरियारपट्टी गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा
अर्नमा गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा
नवराजपुर गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा
भगवानपुर गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा
औरही गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा
लक्ष्मीपुर पतारी गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा
विष्णुपुर गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा
सखुवानन्कारकट्टी गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा
नरहा गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा

लहानपोस्ट् दैनिकका लागि प्रकाशक : भरत जर्घामगर, सम्पादक : शम्भु कुमार यादव, कानुनी सल्लाहकार : सन्तोष सुवेदी कम्प्युटर ले-आउट : महेन्द्र प्रसाद चौधरी
कार्यालय :लहान नगरपालिका-१०, सिरहा फोन नं. ०३३५६१९६७, ९८५२८२४९६७, ९८५२८३९३१५ website : www.lahanpost.com , e-mail : lahanpost@gmail.com मुद्रक : न्यु यदुवंशी अफसेट प्रेस, लहान,(सिरहा)