म.जि. प्र. का. द.नं. : १०६/०६८, वर्ष १२, अंक ९० शनिबार २६ कात्तिक २०७९ ने. सं. ११४३ कछलाथ्व 12 November, 2022 www.sajhakuranews.com पृष्ठ संख्या ४ मूल्यः रु. ३/-

मकवानपुरबाट प्रकाशित लोकप्रिय 'क' वर्गको पत्रिका

साझाकुरा

राष्ट्रिय दैनिक

www.sajhakuranews.com

ट्याक्टरमा शिशुको शव फेला

हेटौंडा, २५ कार्तिक/हेटौंडामा सालनालसहितको शिशुको शव फेला परेको छ । शव हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको ल्यान्डफिल्ड साईड (फोहोर पाल्ने स्थान)मा फेला परेको हो । ट्याक्टरबाट फोहोर झार्ने क्रममा शिशुको शव देखिएपछि प्रहरीलाई खबर गरिएको थियो । जिल्ला प्रहरी कार्यालयले फोहोर संकलन गरिने स्थानबाट कसैले शिशुको शव पनि फालेको शंका गरेको छ । बजार क्षेत्रबाट फोहोर संकलन गरेर ल्याइएको ना ४ त २६९८ नम्बरको ट्याक्टरमा बोराभित्र पोको पारिएको अवस्थामा सालनालसहितको शिशु(बालिका)को शव फेला परेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरले जानकारी दिएको छ । फेला पारिएको शिशुको शवलाई पोष्टमार्टमको लागि हेटौंडा अस्पतालमा लगिएको प्रहरीले जनाएको छ । घटनाको अनुसन्धान जारी छ ।

मकवानपुरमा निर्वाचनको तयारी तीव्र

सबै मतदान केन्द्रमा ३ हजार कर्मचारी खटिने

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २५ कात्तिक/मकवानपुरका १० वटा पालिकामा गरेर आगामी ४ मंसिरमा हुने निर्वाचनका लागि ३ हजार बढी कर्मचारी खटाइने भएको छ ।

प्रतिनिधिसभा र प्रदेशसभा निर्वाचनमा जिल्लाभर ३ हजार कर्मचारी खटाइने भएको मकवानपुरका मुख्य निर्वाचन अधिकृत ऋषिराम निरौलाले जानकारी दिए । उनका अनुसार ३ हजार कर्मचारी मध्ये ५ सय जना शिक्षक रहने छन् । हेटौंडाका विभिन्न मन्त्रालय, जिल्ला स्तरका कार्यालय र स्थानीय तहसमेत गरेर २ हजार ५ सय जना कर्मचारी र अन्य पाँच सय जना सहायक स्तरका स्थायी शिक्षकहरुलाई चुनावमा खटाउन लागिएको निरौलाले बताए । कर्मचारीहरु मतदान केन्द्रमा खटाइने छ । निर्वाचनको सुरक्षाका लागि ३ हजार भन्दा बढी प्यादीसमेत गरेर नेपाली सेना, जनपथ प्रहरी र सशस्त्र प्रहरी पनि खटाइने भएको छ । जसमध्ये करिब १ हजार ७ सय जना प्यादी प्रहरी मात्रै छन् ।

निर्वाचनको तयारीमा प्रदेश निर्वाचन कार्यालय, मुख्य निर्वाचन अधिकृतको कार्यालय निर्वाचन क्षेत्र १ र २ ले तीव्र तयारी गरिरहेका छन् । मतदान स्थलहरुमा मतदानका लागि संरचना निर्माण गर्नेदेखि मतपत्र र मतपेटिका निर्वाचन स्थलसम्म पुऱ्याउने तयारी चलिरहेको छ । समानुपातिक तर्फको मतपत्र र मतपेटिकाहरु यसअघि नै प्रदेश निर्वाचन कार्यालयमा राखिएको छ । गत ३० वैशाखमा भएको स्थानीय तह निर्वाचनमा पनि सुरक्षाकर्मी, प्रहरी र शिक्षकलाई काममा खटाइएको थियो । हाल, प्रतिनिधिसभा र प्रदेशसभा निर्वाचनका लागि स्थानीय तहमा भन्दा धेरै कर्मचारी खटिने भएका छन् । प्रतिनिधिसभा र प्रदेशसभा निर्वाचन एकै पटक भएकाले कर्मचारी धेरै परिचालन हुने भएका हुन् ।

निर्वाचनअन्तर्गत् मतदान केन्द्रहरुमा खटिने कर्मचारीहरुलाई २८ र २९ कार्तिकमा निर्वाचनका सामग्री जिम्मा लगाएर पठाउने तयारी निर्वाचन अधिकृतको कार्यालयले गरेको छ । जस अगाडि कर्मचारीहरुमा निर्वाचनका सम्बन्धमा अभिमुखीकरण कार्यक्रम हुनेछ । हेटौंडा उपमहानगरपालिका क्षेत्रमा उपसचिव स्तरका मतदान अधिकृत रहेका छन् । अधिकृत स्तरका सहायक अधिकृत खटिएका छन् । जिल्लाका अन्य पालिकाहरुमा भने अधिकृत तहका मतदान अधिकृत खटाइएको छ । नायब सुब्बा तहका कर्मचारीलाई सहायक अधिकृतको रुपमा खटाइएको छ ।

निर्वाचन कार्यालयले चुनावमा खटिने कर्मचारीहरुलाई तालिम दिन लागेको छ । आज २६ गते र भोली २७ गते चुनावमा खटिने निर्वाचन अधिकृत र सहायक अधिकृतको तालिम हुँदैछ । जिल्लाका एक सय ६७ वटा मतदान केन्द्रमा ७ सय २८ जना मतदान अधिकृत र सहायक अधिकृतलाई तालिम दिन लागिएको निरौलाले जानकारी दिए । तालिम पश्चात उनीहरुलाई २८ र २९ कार्तिकमा मतदानका दिन चाहिने सामग्री दिएर सम्बन्धित मतदान केन्द्रमा पठाइने निरौलाले बताए । मंसिरको १ गतेसम्म निर्वाचनका लागि खटाइएका सबै कर्मचारी तोकिएको मतदान केन्द्रसम्म पुगिसक्नुपर्ने जनाइएको छ ।

निर्वाचनका लागि जिल्लाभर ३ हजार २ सय सुरक्षाकर्मी परिचालन गरिँदैछ । मकवानपुरका एक सय ६७ वटा मतदान स्थललाई केन्द्रीत गरेर सुरक्षाकर्मी परिचालन गर्न लागिएको प्रमुख जिल्ला अधिकारी राजेन्द्र देव पाण्डेले जानकारी दिए । चुनावका लागि पहिलो घेरामा म्यादी र जनपथ प्रहरी, दोस्रो घेरामा सस्सत्र प्रहरी र मतदान स्थलवरपर गरेर तेस्रो घेरामा नेपाली सेना खटाइने पाण्डेले बताए । म्यादी प्रहरी एक हजार ६ सय ९९ जना, जनपथ प्रहरी एक हजार ६९ जना, सस्सत्र प्रहरी ४ सय जना, अरु नेपाली सेना खटाउने तयारी गरिएको जनाइएको छ ।

सुरक्षाकर्मीकै निगरानीमा हरेक मतदान केन्द्रमा काम गरिने छ । विशेषत: मतदान केन्द्र, मतपेटिका, मतपत्रको सुरक्षामा प्रहरी परिचालन गरिने भएको छ । सबै सुरक्षाकर्मीले मतदान केन्द्रको सुरक्षा गर्ने, गस्ती गर्ने लगायतका काम गर्नेछन् । सशस्त्र प्रहरी र नेपाल प्रहरी मकवानपुरका मतदान स्थल वरपरको सुरक्षाका लागि खटाइएको छ । अब नेपाल प्रहरी र म्यादी प्रहरी भने मतदान अधिकृत, सहायक अधिकृत र कर्मचारीहरुसँग मतपत्रलगायतका निर्वाचन सामग्रीहरु लिएर पठाइने तयारी मुख्य निर्वाचन अधिकृतको कार्यालय मकवानपुरले जनाएको छ । जिल्लामा १९ वटा मतदान स्थललाई अतिसंवेदनशील र ६० वटा मतदान स्थललाई संवेदनशील सूचिमा राखिएको छ ।

कोभिडमा खाद्यान्न र अक्सिजन लिएर पुग्थे आनन्दराम

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २५ कात्तिक/आनन्दराम पराजुली कांग्रेस युवा नेताका साथै मनकारी समेत रहेका छन् । अप्ठेरो परिस्थिति होस या सहज स्थिति होस घुलमिल हुन कुनै हिचिकचाहट गर्दैनन् । उनले गरेका उदाहरणीय काम धुरै छन ।

उनको विशेषताकै कारण हेटौंडा-१८ की सानुकान्छी रुम्बाले नयाँ घर पाइन् भने हेटौंडा-१८ का आइते सिंह वाइवाले पनि नयाँ घर पाए । त्यसैगरी कोभिडको समयमा पराजुलीको सहयोगमा हेटौंडा-१५ का रते कामीले नयाँ जिवन पाए । कोभिडले विश्व नै आक्रान्त बन्दा नेपालमा पनि कोभिडको प्रभाव करिब ३ वर्ष रह्यो । कोभिडका कारण नेपालमा पनि लकडाउन भयो । लकडाउनका समयमा आर्थिक कृयाकलापहरु ठप्प हुँदा न्युन आयका भएका व्यक्तिहरु मारमा परे । कोभिडका कारण मकवानपुरमा पनि धेरैले समस्या भोग्नुपऱ्यो ।

त्यस्तो बेला समस्यामा परेकाहरुलाई सहयोग गर्न आनन्दराम पराजुली विभिन्न खाद्यान्न समग्री लिएर पुगे । उनी कोभिडका समयमा आर्थिक र खाद्यन्न सयोगका लागि हेटौंडाको वडा नम्बर-१, ४, ५, ६, ७, ८, १३, १४, १६, १८ सहित मकवानपुरको बकैया, बागमती र भीमफेदी सम्म पुगे । त्यहाँ पुगेर उनले कोरोनाबाट बच्न अनुरोध गर्दै दाल चामल, नुन, तेल, चिउरा लगायतका खाद्यान्न सहयोग गरे । यसैगरी कोभिडको उच्च जोखिमका समयमा अक्सिजन नपाइएको थाहा पाएपछि अक्सिजन बोकेर पुग्थे आनन्दराम ।

उनले अक्सिजनको अभाव हुँदा अक्सिजन लिन वीरगन्ज, नवलपरासी सम्मा आफै पुगेर अक्सिजन ल्याए र कोरोनाका विरामीलाई निशुल्क घरमै पुगेर अक्सिजन सिलिन्डर सहयोग गरे । उनको सहकार्यमा साथ दिएका थिए कांग्रेस हेटौंडा नगर सभापति उत्सव इटेनीले, इटेनीसँगै हाल मकवानपुर क्षेत्र नम्बर २ (ख) का उम्मेदवार तथा कांग्रेस बागमती सभापति र प्रतिनिधिसभा क्षेत्र नम्बर-१ का उम्मेदवार कांग्रेस सहमहामन्त्री महालक्ष्मी उपाध्याय डिनाले पनि उनको अभिनयमा ईंट्टा थप्ने काम गरेका थिए ।

हेटौंडा-४ का रमेश अधिकारी कोभिडका समयमा निकै विरामी परे, उनको अक्सिजन लेवल ८० मा झर्यो, उनले अक्सिजनका लागी हार गुहार गरे, तर कतै अक्सिजन सिलिन्डर पाएनन् ।

कोभिडले उनको ५० प्रतिशत फोक्सोमा क्षती पुगिसकेको थियो । यसै क्रममा आनन्दराम पराजुलीको पहलमा उनलाई अक्सिजन सिलिन्डर उपलब्ध गराइयो । पराजुलीको सहयोगले उनी कोभिडलाई पराजित गर्न सफल भए । अधिकारीले आफ्नो प्रतिकूल रहेको स्वास्थ्य अवस्थामा आनन्दरामले गरेको सहयोगलाई कहिल्यै नभुल्ने टेलिफोन सम्पर्कमा सुनाए । अधिकारी आनन्दरामलाई आसन्न निर्वाचनमा विजयी बन्न शुभकामना समेत दिए ।

एकल महिलालाई घर बनाउन सहयोग गरेका र किड्नी फेल भएका विरामीलाई आर्थिक सहयोग गरी घर बनाइदिएका पराजुली आसन्न प्रदेशसभा निर्वाचनमा लोकतान्त्रिक वाम गठबन्धनका तर्फबाट मकवानपुर क्षेत्र नम्बर-१ (ख) का उम्मेदवार हुन् ।

हेटौंडा-१: घरका ढोका-ढोकामा पुगेर उम्मेदवारको अपिल

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २५ कात्तिक/लोकतान्त्रिक बाम गठबन्धन मकवानपुरका प्रतिनिधी सभा र प्रदेश सभाका उम्मेदवारहरु जनताको समस्या बुझ्दै घरघर पुगी भोट(मत) माग्न व्यस्त छन् ।

यसैबीच, प्रतिनिधी सभा र प्रदेश सभाका उम्मेदवारले शुक्रबार हेटौंडा उपमहानगरपालिका १ मा घरदैलो अभियान गरेका छन् । हेटौंडा-१ को चाइनाक्वाटरदेखि जरुवाटोल हुँदै चौकिटोलसम्म मत मागदै घरदैलो अभियान गरिएको थियो । लोकतान्त्रिक बाम गठबन्धनका साझा उम्मेदवारहरु मकवानपुर क्षेत्र नम्बर २ का प्रतिनिधि सभा सदस्य उम्मेदवार एवं नेकपा एकीकृत समाजवादीका स्थायी समिति सदस्य विरोध खतिवडा, मकवानपुर क्षेत्र नम्बर २ 'क' का प्रदेश सभा सदस्य उम्मेदवार एवं नेकपा माओवादी केन्द्रकी पोलिटब्युरो सदस्य कुमारी मोक्तानले घरका ढोकासम्मै पुगेर जनतासँग प्रत्यक्ष रुपमा मत मागेका छन् ।

हेटौंडा उपमहानगर पालिका-१ नम्बर वडा अध्यक्ष सविन न्यौपाने लगायत नेपाली काँग्रेस, नेकपा माओवादी केन्द्र, नेकपा (एकीकृत समाजवादी)का नेता तथा कार्यकर्ताहरुको पनि सहभागिता रहेको थियो । भेटघाट क्रममा स्थानीयवासीले जितका लागि शुभकामना दिँदै आफ्नो क्षेत्रमा विकास, निर्माणसँगै सामाजिक सुरक्षाका क्षेत्रमा काम गरिदिन आग्रह गरेका थिए । यसैबीच, लोकतान्त्रिक बाम गठबन्धनले भीमफेदी गाउँपालिकाको विभिन्न क्षेत्रमा चुनाव प्रचारप्रसारका क्रममा कार्यक्रम आयोजना गरेको छ । भीमफेदी गाउँपालिका-८ ईपा, भीमफेदी-५, सोलुभञ्ज्याङ र भीमफेदी-७, कोगटेमा चुनावी कोणसभा गरिएको थियो ।

कार्यक्रममा लोकतान्त्रिक बाम गठबन्धनका साझा उम्मेदवारहरु मकवानपुर क्षेत्र नम्बर २ का सम्बोधन गरेका थिए । क्षेत्र नम्बर २ का प्रतिनिधिसभा सदस्य उम्मेदवार खतिवडाले देश र जनताका लागि सडक आन्दोलनमा उत्रेका र जेल परेकाहरुको गठबन्धन भएकाले दुक्कले भोट हाल्न आग्रह गरे । 'हामी देश र जनताको लागि लडनेहरुले नै गठबन्धन बनाएका छौं', उनले भने । 'आकाशे सपना देखाउने, हावाबाट बिजुली निस्कीन्छ, रेल आउँछ भन्ने एमालेलाई विश्वास नगर्नुस्, अब जे गर्छ गठबन्धनले गर्छ',

प्रतिनिधिसभा सदस्य उम्मेदवार विरोध खतिवडा, मकवानपुर क्षेत्र नम्बर २ 'क' का प्रदेश सभा सदस्य उम्मेदवार कुमारी मोक्तानलगायतले

सम्पूर्ण ब्राण्डका गाडी
एकै ठाउँमा सम्पूर्ण सेवासहित

सेवाहरू:

- कार वास भित्र/बाहिर
- वाइरिङ मर्मत
- A/C मर्मत तथा ग्याँस रिफिलिङ
- सेन्सरसम्बन्धी समस्या कम्प्युटरबाट जाँचिने
- डेन्ट, पेन्ट, प्लाष्टिक/ग्याँस/इलेक्ट्रिक बेल्डिङ
- टायर ब्यालेन्स, पन्चर र फेर्ने काम मेशिनबाट
- इन्जिनसम्बन्धी सबै काम

Himalayan Motors Pvt.Ltd.
हेटौंडा, चौकीटोल, सम्पर्क नं.: ०५७-५९०३३३

HETAUDA SCHOOL OF MANAGEMENT AND SOCIAL SCIENCES

BBS
ADMISSION
OPEN

Hetauda-4, Makawanpur
info@hsm.edu.np
057524701, 057524711
9855074222
www.hsm.edu.np

"कडा अनुशासन, स्तरीय शिक्षा"

यस पृष्ठमा प्रकाशित साहित्य बाहेकका सामग्रीहरु विभिन्न वेभसाइट, सामाजिक सञ्जाल तथा एजेन्सीहरुबाट साभार गरिएका हुन् ।

facebook twitter Google **विज्ञान/प्रविधि**

आईफोन १४ प्रो र प्रो म्याक्स खरिद गर्न चाहने ग्राहकले लामो समय कुर्नुपर्ने

काठमाडा/वैदेशिक मुद्रा सञ्चितिमा दबाब परेपछि सरकारले ३०० अमेरिकी डलर माथिका मोबाइल आयातमा रोक लगाएको छ । तैपनि यदि तपाईं अन्य कुनै माध्यमबाट आईफोन फोर्टिन प्रो वा फोर्टिन प्रो म्याक्स अर्डर गर्ने सोचमा हुनुहुन्छ भने लामो समय कुर्नुपर्ने भएको छ ।

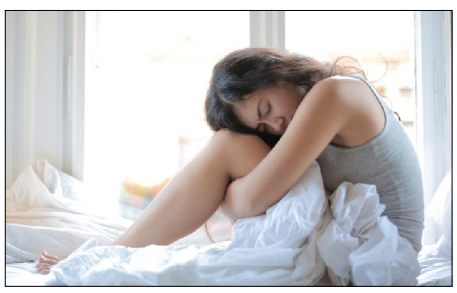
एप्पलले एक प्रेस विज्ञप्ति जारी गर्दै कोरोना भाइरसका कारण जारी निषेधाज्ञाका कारण चीनको जङ्गाउमा रहेको आईफोनको मुख्यफ्याक्ट्री प्रभावित बनेको र जसले गर्दा आईफोनको उत्पादन उल्लेख्य रूपमा कटौती हुन पुगेको बताएको छ । "हामीकहाँ आईफोन फोर्टिन प्रो र आईफोन फोर्टिन प्रो म्याक्सका लागि एकदमै धेरै माग आइरहेको छ," एप्पलले भनेको छ, "यद्यपि अहिले हामी आईफोन फोर्टिन प्रो र आईफोन फोर्टिन प्रो म्याक्सका लागि पहिला अपेक्षा गरेभन्दा एकदमै न्यून मात्रामा मात्रै शिपमेन्ट गर्न सकिरहेका छौं । जसले गर्दा ग्राहकले आफ्नो नयाँ उत्पादनका लागि लामो समय कुर्नुपर्ने हुनसक्छ ।"

अक्टोबरमा रोयटर्सले कोभिड निषेधाज्ञाको प्रभाव स्वरूप चीनमा रहेको फ्याक्ट्री फक्सकन प्रभावित हुने र त्यसबाट आईफोनको उत्पादन कम्तिमा ३० प्रतिशतले घट्ने भन्दै एक रिपोर्ट प्रकाशित गरेको थियो । उक्तफ्याक्ट्रीमा एप्पलले नयाँ आईफोन बनाउने गरेको छ । न्यू योर्क टाइम्सले फक्सकनका दुई लाख कामदारलाई कोरोना महामारीको समयमा बिल्डिङ भित्रै रहन बाध्य पारिएको उल्लेख गरेको छ ।

यद्यपि कम्पनीले यस अघि नै आफ्नो केही उत्पादन चीनबाट बाहिर स्थानान्तरण गर्ने कार्य सुरु गरिसकेको छ । साथै सेप्टेम्बर बाट आईफोन फोर्टिनको आधारभूत मोडलको उत्पादन भारत स्थित कारखानाबाट सुरु भइसकेको छ । *(टेकपानबाट)*

यौन/जीवनशैली

पुरुषका कारण महिलामा यौनजन्य समस्या आउन सक्छ ?



यौन तथा प्रजनन् स्वास्थ्यसम्बन्धी समस्या लिएर अस्पताल आउनेमा महिलाको संख्या अधिक हुन्छ । महिलाहरुमा यौनाङ्ग चिलाउने, संक्रमण हुने, सुन्निनेदेखि प्रजननका अरु समस्या देखिन्छन् । महिलाले झेल्ने यस्ता समस्याहरुमा स्वयं उनीहरुको मात्र त्रुटि हुँदैन । पुरुषको कारण पनि उनीहरु विभिन्न समस्या झेल्न बाध्य हुन्छन् ।

खासगरी पुरुषसँग हुने असुरक्षित यौन सम्बन्धले कतिपय संक्रमण हुनसक्छ । यौन सम्बन्धपछि कतिपयको अनिच्छित गर्भ रहन पुग्छ । गर्भ हुर्काउन परेमा वा गर्भपतन गर्न परेमा पनि महिलालाई सहज हुँदैन । गर्भपतनपछि कतिपय अवस्थामा उनीहरुको पाठेघरमा समस्या हुने जोखिम पनि हुन्छ ।

त्यसबाहेक पुरुषकै कारण महिलामा एचआईभी सर्ने गरेको पाइन्छ । खुँदै नखाएको विष पनि लाग्छ भने झैं आफूले गल्ती नगरी पनि कति महिला यसको भागीदार हुन बाध्य छन् । त्यसो त यौन सम्बन्धपछि यौनाङ्गको राम्ररी सरसफाइ नगर्ने जस्ता कारणले पनि समस्या निम्त्याउने गर्छ । हामीकहाँ महिलाहरु गोनोरिया, सिफिलिस्, फंगल संक्रमणले सताएपछि अस्पताल आउने गर्छन् ।

महिलाहरुलाई बढी सताउने यौन तथा प्रजनन् समस्या विभिन्न संक्रमणले गर्दा हुने हो । यस्तो संक्रमण धेरै किसिमको छ । पुरुषको तुलनामा महिलालाई यौनजन्य संक्रमणले बढी नै सताइरहेको हुन्छ ।

मारमा महिला

प्रजनन् एउटा जटिल प्रक्रिया हो । यसमा महिला र पुरुष दुवैको आवश्यकता हुन्छ । तर भूमिका महिलाको बढी रहन्छ । बच्चा उत्पादनमा पुरुषले शुक्रकीट उत्पादन गर्ने र महिलाको यौनाङ्ग (योनी)मा पुऱ्याउने मात्रै हो । तर महिलाले अण्डा उत्पादन मात्रै गर्दैनन्, पुरुषको शुक्रकीट लिएर पूरै भ्रूणको विकास गर्ने, बच्चालाई जन्म दिने र स्तनपान समेत गराउने हुन्छ । महिलाको भूमिका धेरै भएकाले प्रजनन अंगको संख्या र सक्रियता दुवै बढी भएकाले जोखिम पनि बढी छ ।

सुरक्षित सम्बन्ध

यौन सम्पर्कको बेला सम्भावित त्रुटिबारे छलफल गर्नुपर्छ । गर्भको योजना छैन भने यौन सम्पर्क राख्दा सजगता अपनाउनुपर्छ । विना साधन 'ओभर कन्फिडेन्स' हुनुहुँदैन । त्यस्तै यौनरोगबाट बच्न कण्डमको प्रयोग गर्नुपर्छ ।

जरुरी छ सजगता

नेपालमा दुवैथरीका महिला छन् । पहिलो यौन समस्याबारे अज्ञानता नभएकाले सजग नभएका र अर्को सबै जानेको र बुझेर पनि सजग नभएको । तर सजग नभए पनि यौन समस्या देखा परेपछि चिकित्सककहाँ परीक्षणका लागि आउने क्रम चाहिं बढेको छ । अहिले यौन समस्या देखापरे स्वास्थ्य उपचार खोजी गर्ने भएका छन् ।

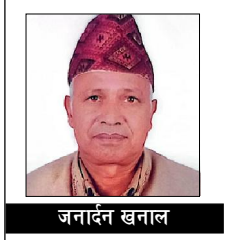
सुरक्षित सहवास

पहिले गाँस, बास र कपास मात्रैलाई आवश्यकता ठानिन्थ्यो । अहिले गाँस, बास र कपाससँगै सहवासलाई पनि मानवीय आवश्यकताका रुपमा समाजले लिएको छ । तर सहवास सुरक्षित हुनुपर्छ, नत्र यसैको कारण स्वास्थ्य समस्या निम्त्याउने हुन्छ भन्ने सबैले बुझ्नुपर्छ ।

(स्रोत: अनलाइनखबर)

साहित्य

यात्रा सिघुरे घारीको



जनार्दन खनाल

क्यानडा गए बुहारी छोरा आम्दानी राम्रो छ,
खनाल साथै सुवेदी बीच संवन्ध हाम्रो छ ।।

अहिले उहाँ चपुर छोडी पुरानो गाउँमा,
सुवेदी हीरामणीजी तल सिंघुरे घारीमा ।
बुद्यौली बाबा आमाको साथ गरेर सुसार,
रहनुहुन्छ खुसीको साथ अवस्था सुन्दर ।।

आत्मीय मेरो रमेश सम्धी सुबेदी घर हो,
हेनपा नौमा लाम्सुरे गाउँ उहाँको घर हो ।
सम्धीका चार सन्तान मध्ये एउटा छोरोभो,
लायक उनी पढैया पनी रोशन नाम हो ।।

उहाँको छोरा छोरी नै सबै पढाई अब्बल,
आर्थिक पक्ष उन्नति पथ अत्यन्त सबल ।
बुहारी नानी नर्मदा उनी अमृका निवासी,
सम्बन्ध राम्रो जोडीयो भएर उत्साही ।।

रौतहट जिल्ला नगर चपुनउने वडाहो,
सिंघुरे घारी शन्तनै पुर चल्तीकै ठाउँहो ।
तराई क्षेत्र संभाव्य पनि भविष्य उज्वल,
बस्नको लागि सुविधायुक्त हुँदैछ योथल ।।

यताका अनि उताका पनि सुवेदी सन्तान,
अमृका बस्ने हुँदामा राम्रो गराई मिलान ।
सुबेदी जति दाजुनै भाई जहाँको भएनि,
चिन्जानी गर्न जाउँहि संधी समय निकाली ।।

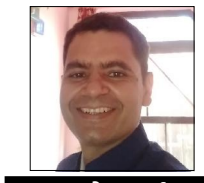
महिना भदौ अठार गते साईत जुरेको,
दुईटै सम्धी मिलेर हामी तराई झरेको ।
बैलैमा हामी पुगेका थियौं उहाँका घरमा,
बाध्यताबस भएन भेट अभागी करम ।।

पहिला भन्दा विकास धेरै भएछ अहिले,
विशेषगरी साधन चन्दा सुविधा दिएछ ।
बुवाको भेट दर्शन गर्यौं धानका बोटले,
बहेली खेल्दै रहेको थियो उर्वर शीपले ।।

डीलर हुँदै ग्यासको पनि घरमा पसल,
पालेको पनि पालुवा जन्तु निकाली समय ।
भएछ घर निर्माण अति सम्पन्न सुन्दर,
फर्कीयौं हामी गरेर बाचा चपुर नगर ।।

उन्नति देख्यौं प्रगति पनि अगाडी लंकीयुन्,
यी हिरामणी सुवेदीज्युको सुनाम चंकीयुन् ।
सबैको स्वास्थ्य सबल रहोस् आत्मीय गाढाछ,
संझना राख्छुयो दिल भरी भूगोल टाढाछ ।।

जा छोरा विदेश जा !



✍प्रेम शर्मा

अभावले मकेरीबाट झिस्काउँछ
पीडाले फदयबाट उक्साउँछ
मुर्कटाहरूको यो साम्राज्यमा
निमुखाको मुन्टो निमीठिन्छ
असहायको मुटु चियोरिन्छ
यहाँ यमराजको राक्षसी हाँसो गुन्जिन्छ
जा छोरा विदेश जा !

अठ्याउँदै फदयको स्पन्दनलाई
कुल्चँदै प्रियजनका भावनाहरूलाई
मन दरिलो पारेर
सात समुद्र तरेर
विवशताको चिलगाडीमा
अमिलो मनलाई सुम्सुम्याउँदै
जा छोरा विदेश जा !

यहाँ त सित्तैमा आश्वासन बाढिन्छ
आश्वासनले पेट कहाँ भरिन्छ?
यहाँ त गुलिया गफ मारिन्छ
गफले जीउ कहाँ ढाकिन्छ?
यहाँ त कल्पनामा धान फल्दछ
बारी बाँझो र बन्जर पारिन्छ
जा छोरा विदेश जा !

दशकौंको नियति उस्ताउस्तै छ
अवतार नयाँ तर नियत उस्तै छ
आउँछन् भेष बदली-बदली
रुप फरक तर सार उस्तै छ
बदलिन्न अवस्था यहाँको
सके उती घरजम गर्
देशभक्तिको गाना गाएर
मजस्तै तन्नम नबन् छोरा
जा छोरा विदेश जा !

लाखेको कथा

✍रीजुल जोशी
कक्षा: ९, नवोदय शिशु सदन

इतिहासको पाना पल्टायो भने त हामीले धुपै कुरा सिक्न पाउँछौं तर के यो सबै सत्य हो र ? कसैलाई थाहा छैन । दिदी अब त इन्द्रजात्रा आउन लाग्यो मलाई त यो जात्राको सबैभन्दा मनपर्ने भनेको लाखे नाच हो । हो, बहिनी मलाई पनि लाखे नाच सट्टै मनपर्छ तिमीलाई थाहा छ यो लाखेहरु कसरी बनेको भनेर ? नाच मलाई थाहा छैन दिदी भनुन् । यो एउटा लामो कथा हो ।'मलाई लाखेको बारेमा जान्न साट्टै मनपर्छ बताउनुन दिदी ।

धेरै वर्ष अघिको कुरा हो । कान्तिपुर नगर भन्नेठाउँमा एउटा किसान बस्थ्यो । उसलाई घर चलाउन सट्टै गाह्रो भइरहेको थियो । दिनरात खटेपनि कहिल्यै खुशीको जीवन बिताउन सक्दैनथ्यो । त्यो किसानको चाहिँ देवी तलेजु भएको ठाउँमा जाने विचार गर्यो । र गयो पनि तलेजु देवीका कालो, गहिरो गुफामा किसान पुग्यो ।

गुफाको भित्र प्रवेश गर्दा थुप्रै लाखेहरु एक आपसमा झगडा गरिरहेको देख्यो । कोही लाखे ठूला थियो भने कोही सानो, पात्लो, अल्लो वा होचो । लाखेहरुले त किसानलाई जान दिएनन् तर देवी तलेजुले सबैलाई शान्त पारिन् अनि गुफाभित्र प्रवेश गर्न दियो ।

किसान गुफाभित्र गयो अनि सबै समस्या भन्यो । देवी तलेजुले एउटा सबैभन्दा शक्तिसाली लाखे मजिया लाखेलाई किसानसँग लग भनेर भनिन् र देवीपनि सँग सँगै गइन् । कान्तिपुरका बासिन्दाहरु लाखे देखेर डराए अनि कान्तिपुरभित्र प्रवेश गर्न दिएनन । त्यसैले देवी तलेजुलाई मात्र लिई प्रवेश द्वार भित्र गइ तर लाखेलाई भने त्यही छोडेर गइन् । दिन बित्दै गयो र लाखे दिन दिनै रोएको बासिन्दाले थाहा पाए । लाखे किन रोएको ? के भयो भनेर पत्ता लगाउन त्यो किसान राजा भएको ठाउँमा गयो ।

राजालेपनि लाखे सँग कुरा कानी गर्न गयो । लाखेले उत्तर दियो भन्यो, म एक्लै बस्न चाहदिन म देवी सँगै बस्छु, म कसैलाई हानी पुऱ्याउँदिन । राजाले सोध्यो यदि तिमीले हामीलाई मारेर खाएनौं भने कसरी बाच्छौं त ?

लाखेले भन्छ 'म अन्डा र मासु खान्छु । नेवारीमा मासु भनेको ला हो अनि अन्डा भनेको खे यसरी नै लाखे भनेर नाम दिइयो । राजा त्यो कुरामा सहमत हुन्छ अनि लाखेलाई जान दिन्छ । लाखेदेवी तलेजु भएको ठाउँमा जादा जादै कान्तिपुरको बाटोमा सब जना चकित र डराइरहेका हुन्छन् । भने एक जना केटाले त्यो लाखेलाई जिस्काउन थाल्छ । त्यो जिस्काउने मान्छेलाई नेवारीमा भ्यालिचा भनिन्छ ।

लाखेलाई जिस्काउने गरिएकोले प्रयोग भइयो । यसरी नै सुरु भयो लाखेलाई जिस्काउने र लखेट्ने अनि यदि लाखेले समातिहालेमा ३ चोटी पिट्ने । राजाले तलेजु सँग तास अथवा जुवा खेल्थे । तर एकदिन राजाले रक्सि खाएको बेलामा रानीलाई दुर्व्यवहार गरे झैं लाग्यो ।

अनि रानीले त्यहीको त्यहीराजालाई दरबारबाट निस्कने धम्की दिइ । राजाले पछुताए अनि रानीले एउटा सर्त राखी लगन बहल र किला गल भएमा एक जानाशाक्य भए मात्र कुमारी हुने छन् र त्यहाँबाट सुरु भयो कुमारी पुजा र भविष्यमा पनि जादै हुनेछ ।

लाखेपनि देवी सँग जान चाहान्थ्यो तर देवीले आदेश दिइ कि लाखे तिमीले कुमारीको रक्षा गर्नुपर्छ अनि लाखे जहिल्यै कुमारी सँग हुन्छ । कुमारी जात्रा आठ दिन मनाइन्छ । त्यसैले लाखेपनि आठ दिनसै कुमारीको रक्षा गर्न सँग सँगै आएको हुन्छ र बाँकी दिन सुत्छ ।

त्यस बेला देखि लाखे र कुमारी पुजा चलिआएको हो । आहा कस्तो रमाइलो कथा दिदी हजुरलाई कसरी थाहा भयो यो कुरा सबै ? मलाई आमाले भन्नभएको थियो । ल, ल अब जाऊ सुत्न रात परिसक्यो ।हस् दिदी ।

जाडोमा छालालाई सुख्खापन हुनबाट यसरी जोगाऔं

जाडो याममा छालामा धेरै प्रकारका समस्या देखा पर्ने गर्छन् । यस याममा छाला सुख्खा, हावा अनि चिसोले एलर्जी, फुस्रो हुने लगायतका समस्या देखिने गर्छ । यद्यपि यस याममा अधिकांशले अनुहार र हातलाई बढी स्याहार गरेको पाइन्छ ।

जाडो मौसममा छाला सुख्खा हुँदा चहऱ्याउने, चिलाउने, पोल्ने, फुट्ने, औंलाहरू रातो भएर सुन्निने र घाउ हुनेजस्ता समस्याले प्रायलाई सताएकै हुन्छ । त्यसैले, जाडो मौसममा अनुहार र हातलाई मात्रै स्याहार नगरी शरीर को सम्पूर्ण छालालाई ध्यान दिनुपर्ने हुन्छ ।

यस्तै, नियमित औषधि सेवन गर्नेको छालामा बढी सुख्खापन आउने वीर अस्पतालकी छाला रोग विशेषज्ञ डा. लैला लामा बताउँछिन् । सुगर, ब्लड प्रेसर, भिर्गौला औषधि सेवन गर्नेको छालामा सुख्खापना बढी देखिने गर्छ ।

यसरी आउँछ छालामा सुख्खापन

छालामा सुख्खापन विभिन्न कारणहरूले आउने गर्छ । धेरैले चिसो हुन्छ भनेर गर्मी याममा भन्दा कम पानी पिउँदा समस्या सिर्जना हुन्छ । यस मौसममा धेरैले ततो पानीले नुहाउँदा, साबुनको धेरै प्रयोग गर्दा छालामा समस्या आउने गर्छ ।

जाडोमा धेरै लामो समयसम्म घाममा बस्दा शरीरमा घामका विकिरण छिर्दा पनि छालामा समस्या आउन हुन सक्छ । बजारमा पाइने जुन पायो, त्यही मोस्चराइजर क्रिम र साबुनको प्रयोग गर्दा छालामा विभिन्न खालका समस्या देखिने गर्छ ।

जाडोमा छाला जोगाउन यस्तो गरौं

जाडो मौसममा छालामा समस्या आउन नदिन प्रशस्त पानी पिउनुका साथै खानपानमा जोड दिन जरुरी हुन्छ । छालालाई सुख्खा हुन नदिन अनुहारलाई मात्रै बढी ख्याल नगरेर हात, खुट्टामा नियमित बिहान साँझ मोस्चर इजर प्रयोग गर्नुपर्छ । नुहाइ सकेपछि मोस्चर इजरको लगाउनुपर्छ ।

ओठमा लीपबाम लगाउने, अनुहार मा नियमित सनस्क्रिनको प्रयोग गर्नुपर्छ । जाडोमा सामान्य छाला पनि खस्रो हुने भएकाले छाला सुख्खा हुन नदिन नियमित रूपमा मोइस्चर इजर क्रिमको प्रयोग गर्नुपर्छ ।

जाडोमा ऊनबाट बनेको बाक्लो लुगा लगाउँदा शरीर सुख्खा भएर चिलाउने गर्छ । त्यसले शरीर चिलाउने हुँदा सुतीको पातलो लुगा लगाएरमात्र बाहिरबाट उनीको लुगा लगाउनु उचित हुन्छ । यसले छालामा सुख्खापन आउन दिँदैन ।

चिसोले छाला सुख्खा हुँदा कल्ला निस्कने गर्छ । छालाबाट कल्ला निस्किएको अवस्थामा चिल्लो पदार्थ प्रयोग गर्नुपर्छ । यदि चिल्लो पदार्थको प्रयोग गर्दा पनि समस्या कम नभए छाला रोग विशेषज्ञलाई देखाउनुपर्छ ।

यस्तै, जुन पायो, त्यही साबुनले नुहाउँदा छालामा धेरै सुख्खापन आउन सक्छ । त्यसैले जाडो र गर्मी मौसममा नुहाउँदा प्रयोग गरिने साबुन फरक फरक हुनुपर्छ । जाडोमा नुहाउँदा कसैलाई ग्लिसिरिनयुक्त साबुनको प्रयोग गर्नुपर्ने हुन सक्छ भने कसैलाई मोस्चराइजर साबुन प्रयोग गर्नुपर्छ ।

काठमाडौंलगायत देशका पहाडी तथा हिमाली क्षेत्रमा बस्ने प्राय:लाई हात, खुट्टाका औंला रातो भएर सुन्निने समस्याले सताउने गर्छ । त्यसैले पानी खेलाउनुभन्दा अगाडि र बरको पञ्जा लगाएमा औंला सुन्निदैन । यस्तै, औंला सुनिन नदिन 'हट वाटर ब्याग' ले हात सेक्नुपर्छ ।

जाडोमा जुत्ता लगाउँदा पातलो सोल भएको लगाउन हुँदैन । 'स्पोर्टस' जुत्ता लगाउनु पर्छ । यस्तै, हातखुट्टामा न्यानो पञ्जा तथा मोजा लगाउनु पर्छ ।

छाला सुख्खा हुन नदिन नरिवलको तेल निकै लाभदायी मानिन्छ भने मह, जैतुनको तेल, दूधको क्रिम र एलोभेरा जस्ता घरायसी चिजलाई मोइस्चराइजरको रूपमा छालामा प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

(साभार)

नेपाली चलचित्रको सफलतामा गीत संगीतको प्रभाव

✍ डब्बु क्षत्री

केही वर्ष अघिसम्म नेपाली चलचित्र निर्माण गर्दा नेपाली चलचित्रको तत्वको रुपमा द्धन्द्ध र गीत संगीत अनिवार्य जस्तै थियो । अझ आधा दर्जन गीत र पाँच वटा फाईटलाई नेपाली चलचित्रको सुत्र मानिन्थ्यो । एक्सन बाहेक अन्य जनराका फिल्ममा फाईटले त्यति स्थान पाउँदैन थियो । तर हरेक जनराका नेपाली चलचित्रमा गीत भने अपरिहार्य जस्तै भयो । सोही कारण प्रारम्भिक कालदेखि हालसम्म पनि गीत संगीत नेपाली चलचित्रको एउटा महत्वपूर्ण तत्व बनेको छ ।

नेपाली चलचित्र उद्योगले साँढे पाँच दशकको यात्रा पुरा गरि सकेको छ । यो अवधिमा हाम्रा चलचित्रमा धेरै आयाम थपिएका छन् । एनालगबाट नेपाली सिनेमा पूर्ण डिजिटलमा रुपान्तरण भईसकेको छ । तथापि पहिलो चलचित्र देखि हालसम्म निरन्तर जारी रहेको एउटा पाटो हो गीत संगीत । अर्थात नेपाली चलचित्रमा गीत संगीत अहिले पनि एउटा अनिवार्य तत्व बनेको छ ।

हुन पनि चलचित्र चलाउन त गीत संगीतले मद्दत पुर्‍याएको छ नै । चलचित्रको कथा बाचन देखि दर्शकलाई मनोरञ्जन दिन समेत गीत संगीतको प्रयोग सार्थक भएको छ । चलचित्रलाई प्रदर्शन अघि प्रचार गर्न तथा चलचित्र तर्फ दर्शकको ध्यान खिच्न पनि सफल गीत संगीत सार्थक सिद्ध भएको छ । सोही कारण नेपाली चलचित्र उद्योगले साँढो पाँच दर्शकको यात्रा तय गरिसक्दा पनि हाम्रा सिनेमामा गीत संगीत प्रस्तुत हुने क्रम रोकिएको छैन । यो चलचित्रको एक अपरिहार्य अँग बनेको छ ।

नेपालमा नेपाली भाषाको चलचित्र निर्माण २०२२मा आमाबाट भएको हो । यो चलचित्रमा तत्कालिन राजा महेन्द्र वीर बिक्रम (म बी बि) शाह र लक्ष्मण लोहनीले गीत लेखेका थिए । जसमा हेर हेर यहीं हो हाम्रो जन्म भूमि..., गरौंन हामी सृजना अर्को सृष्टीको जगतमा..., किन अर्काको भर पर्दछौं..., सुन्दर शान्त हिमाली...जस्ता गीतहरु समेटिएको थियो । यी गीतमा हिन्दुस्तानी संगीतकार भि बलसारले संगीत दिएका थिए । गीतलाई शिवशँकर र तारादेवीले गाएका थिए । यसरी नेपाली चलचित्रमा पहिलो संगीतको श्रेय भि बलसारालाई जान्छ ।

तात्कालिन पञ्चायती व्यवस्थाको प्रवर्धनको लागि निर्माण गरिएको चलचित्र आमामा देशभक्ति गीतहरु प्रसस्त थिए । पञ्चायत र देश प्रति आम जनताको आकर्षण चलचित्र मार्फत बढाउन पनि यो फिल्ममा देशभक्ति गीतहरुलाई महत्वका साथ स्थान दिईएको थियो । यो चलचित्रका निर्देशक हिरा सिंह खत्री थिए । त्यस अघि हिन्दुस्तानी फिल्म उद्योगमा काम गरेका कारण उनले पहिलो नेपाली चलचित्र आमामा देशभक्ति गीतका साथै प्रेम भागको गीत गरौंन हामी सृजना...लाई पनि समेटेका थिए । अभिनेता शिवशँकर र अभिनेत्री भुवन थापाको प्रेम भाव यो गीतमा प्रस्तुत गरिएको थियो । चलचित्रको गीतहरु आकर्षक भएकाले पनि आमालाई त्यतिबेला दर्शकले अझ मन पराएको बताईन्छ । यसरी नेपालमा बनेको पहिलो चलचित्र आमामा समेटिएका गीतले चलचित्र चल्नमा मद्धत पुगेपछि चलचित्रमा गीत राख्नु पर्ने परम्पराको सुरुवात नेपालमा भएको हो ।

हुन त त्यतिबेला हिन्दुस्तानी फिल्म उद्योग भारतमा निर्माण भएका फिल्ममा आधा देखि एक दर्जनसम्म गीतहरु राख्ने प्रचलन थियो । गीत संगीत नेपालीहरुको पनि महत्वपूर्ण साँस्कृतिक पाटो हो । जन्मदेखि मृत्युसम्म नेपाली संस्कृतिमा विभिन्न प्रकारका गीतहरु बज्ने गर्छन । हरेक चाडवाडमा आफ्नै प्रकारका लोक गीतहरु छन् । हरेक समुदायका आफ्नै गीतहरु छन् । जसका कारण नेपालीहरुका लागि मनोरञ्जनको एउटा माध्यम गीत संगीत बनेको छ । यही मनोविज्ञानलाई बुझेर पनि हिरा सिंह खत्रीले पहिलो नेपाली चलचित्र आमा मार्फत नेपाली चलचित्रमा गीत संगीतलाई भित्राएका हुन् ।

आमा रिलिज भएको एक वर्ष पछि नीजि क्षेत्रबाटै अर्को नेपाली चलचित्र माईतिघर निर्माण गरियो । यो चलचित्रमा त थुप्रै गीतहरु थिए । सिपी लोहनी..., माला सिन्हालगायतका कलाकारको मुख्य भूमिका रहेको यो चलचित्रमा रहेका बसन्त नै फुल्छ यहाँ लोलाएर..., कला कुर्लैले... लगायतका गीतहरु अहिले पनि लोकप्रिय छन् । यी लोकप्रिय गीतहरुले त्यतिबेला चलचित्र माईतिघर प्रदर्शनमा निकै ठुलो सहयोग पुर्‍यायो । चलचित्र माईतिघर सफल हुनमा यो चलचित्रको लोकप्रिय गीतहरुको पनि त्यत्तिकै साथ थियो । भारतीय संगीतकार जयदेवको संगीत रहेको यो चलचित्रमा गीतहरु म बी बि शाह, किरण खरेल, प्रदीप रिमालले लेखेका थिए । जसमा लता मँगेशकर, आशा भोसले, उषा मँगेशकर, सिपी लोहनी, प्रेमध्वज प्रधान, मन्न डे, अरुणा लामा, गीत दत्तले गीतहरु गाएका थिए । फिल्मका धेरैजसो गीतहरु लोकप्रियसँगै कालजायी बनेका छन् । यसरी नीजि क्षेत्रबाट निर्माण भएका चलचित्रहरुमा मायाप्रेमका गीतहरुले महत्व पाएपछि नेपाली चलचित्रमा मायाप्रेमका गीत राखिने क्रम अघि बढेको इतिहासबाट थाहा भएको हो ।

त्यतिबेलै निर्माण भएको नेपाली चलचित्र हिजो आज भोली र परिवर्तनमा पनि भि बलसाराकै संगीतमा गीतहरु राखियो । यो दुबै फिल्मको गीत भने ठिक ठाकै भए । तथापि चलचित्रको प्रचार र कथा बाचनमा यी गीतहरुले सघाएका थिए ।

बरु त्यसपछि निर्माण भएको चलचित्र मनको बाँधलाई सफल हुनमा यो चलचित्रको गीत फुलको थुँगा बहेर गयो...ले निकै सघायो । पहिलो पटक नेपाली संगीतकार नातिकाजीले चलचित्र मनको बाँधमा संगीत दिएका थिए । शाही नेपाल चलचित्र संस्थानले निर्माण गरेको यो फिल्म पनि गीतकै कारण सफल भयो ।

यसपछि निर्माण भएका नेपाली चलचित्रहरु मध्य सिन्दुर र जीवन रेखालाई सम्बन्धित सगीतले ठुलो सफलता दिलायो । जसमा नातिकाजी र गोपाल योञ्जनको संगीत थियो । चलचित्र सिन्दुरलाई आहा बनमा फुल्यो फुलै फुल... गीतले सर्वाधिक सफल बनायो । यो कालजायी गीत अहिले पनि त्यत्तिकै लोकप्रिय छ । यस्तै अली अली हार हो..., मलाई हाँसि देउ नभन..., को कसको हो..., शरण म पर्छु...जस्ता गीतहरु पनि यो चलचित्रमा थिए ।

चलचित्र जीवन रेखाको लुकुँ लुकुँ लाग्यो मलाई...र तिम्रो नाउ अझै छ ओठमा..., हाँस्ने र हरअरु आँशुमा डुबे, कही आफ्नो भूमरी...जस्ता गीतहरु त्यतिबेला निकै लोकप्रिय भए । यो चलचित्रमा अम्बर गुरुङले संगीत दिएका थिए । चलचित्र जीवन रेखा सार्थक हुनमा यो चलचित्रका गीतहरुको ठुलो भूमिका रहेको यसका अभिनेता शिव श्रेष्ठ बताउँछन् । हिन्दुस्तानी सिनेमा उद्योगबाट नेपाल आएका प्रकाश थापाले अघिल्ला चलचित्र मनको बाँध, सिन्दुरजस्तै यो चलचित्रमा पनि गीत संगीतलाई महत्व दिएका थिए ।

यसरी त्यतिबेला नेपालबाट निर्माण भएका चलचित्रमा गीतले प्रभाव जमाई रहेका थियो । हिन्दुस्तानी सिनेमा हेरेर रमाएका नेपाली दर्शकलाई फिल्ममा आकर्षण गर्न गीत संगीत अपरिहार्य जस्तै बनेको थियो । उता पूर्वी भारतबाट निर्माण भएको नेपाली चलचित्रमा पनि गीत सँगीतले त्यत्तिकै स्थान पायो । सोही क्रममा दार्जिलिङबाट बनेको परालको आगो, जार जस्ता थुप्रै चलचित्रहरुमा पनि गीत संगीत राखियो । उतैबाट बनेको नेपाली चलचित्र बाँसुरी पनि गीत संगीतकै कारण अझ लोकप्रिय भयो । रंजित गजमेरको संगीतमा तयार भएको यो चलचित्र मरमिरे साँझ सिमसिमे पानी..., नाई नाई बोलाउनु पर्दैन...र हिमाल जलेर.. जस्ता गीतहरु निकै लोकप्रिय भए । यो चलचित्र सफल हुनमा यी तीन गीतको ठुलो देन थियो ।

यसरी लोकप्रिय भएका गीतकै कारण चलचित्रलाई दर्शकले रुचाएपछि नेपाली चलचित्रमा गीतले नियमित रुपमा स्थान पाएको हो । गीतकै कारणले गर्दा २०४० को दशकमा थुप्रै चलचित्र हिट भए । निजी क्षेत्रबाट बनेको जुनी र शाही नेपाल चलचित्र संस्थानबाट बनेको बदलिँदो आकाश, सन्तान, के घर के डेरा सफल हुनुमा यी चलचित्रका गीतहरुको पनि देन थियो । अझ त्यतिबेला गोल्डेन जुब्ली मनाउन सफल चलचित्र कुशुमेरुमाल सुपर डुपर हिट हुनुमा गीतसंगीतकै पनि महत्वपूर्ण भूमिका रहेको कुरा यो चलचित्रका निर्देशक तुलसी घिमिरे बताउँछन् । यो फिल्मको मायाँको बारीमा..., भुली गय सम्झनालाई..., तिमी नभए जिन्दगानी..., सुन भनन..., रेली खोला बगर..., कजिमा सारी सटनको पारी...जस्ता गीतले चलचित्रलाई निकै सफलताको शिखर चुमाएको थियो । यो चलिचत्रमा पनि रंजित गजमेरकै संगीत थियो ।

यस्तै ४० कै दशकको चलचित्र सम्झना हिट हुनुमा पनि यो चलचित्रमा रहेका सफल गीतहरुको जादु थियो । यसका निर्देशक शम्भु प्रधानका अनुसार फिल्म चल्नु अघि नै यसका गीतहरु हिट भएपछि फिल्म कहिले आउँछ भनेर दर्शकले सोध्ने गर्दथे । यो चलचित्रको दुई पाते सुईरो..., गहिरो गहिरो सागर जस्तो..., उकालीमा पछि पछि..., पिरती आफैं हुँदै रैछ..., के भयो अहिले...जस्ता गीतले यो सिनेमाको सफलतमा सुगन्ध थपेको यसका अभिनेता भुवन केसी बताउँछन् ।

२०४० कै दशकको अर्को फिल्म कान्छी पनि गीत संगीतकै कारण हिट भएको थियो । गोपाल योञ्जनको संगीत रहेको यो चलचित्रका गीतहरु अहिले पनि त्यत्तिकै कालजायी मानिन्छन् । यो चलचित्रको कान्छी हे कान्छी..., यी ओठ तिम्रो..., बगी जाने पानीको..., हिमाल सरी..., छोरीको जन्म..., फरिया भुईमा लतारी...जस्ता सबै गीतहरु लोकप्रिय भए । कतीपय दर्शकहरु त यी गीतहरु सुन्नकै लागि भए पनि त्यतिबेला चलचित्र कान्छी हेर्न हलमा पुगेका थिए ।

४० कै दशकको साईनो, लाहुरे, मायालु, सन्तान, मायाँप्रिती, अन्याय, चेलीबेटी, चिनो, युगदेखि युगसम्मजस्ता थुप्रै चलचित्र हिट हुनुमा यी चलचित्रमा रहेका गीतहरुको देन थियो ।

यसरी भारती संगीतकार भि बलासारा, जयदेव हुँदै २०४० को दशकसम्म नेपाली चलचित्रमा शिवशँकर, नाजिकाजी, अम्बर गुरुङ, गोपाल योञ्जन, रंजित गजमेर लगायतका संगीतकारको बाहुल्य रह्यो । नेपाली दर्शकको मनोविज्ञानमा उनीहरुले चलचित्रका लागि गीत संगीतलाई अपरिहार्य जस्तै बनाई दिए ।

२०४० को दशकको कालखण्डमा नेपाली चलचित्रमा शम्भुजीत बासकोटाको आगमन भयो । उनको आगमनले चलचित्रलाई गीत संगीतले फेरी सफलताको शिखर तिर उकाल्यो । ४० देखि ६० को दशकसम्म शम्भुजीत बासकोटा नेपाली चलचित्र संगीतको पर्यायबाची बने । यो अवधिमा उनले ३०० भन्दा बढी नेपाली चलचित्रमा सँगीत गरे । अहिलेसम्म पनि उनी नेपाली चलचित्रमा सार्थक संगीत सृजनाकर्ताका रुपमा क्रियाशिल छन् ।

शम्भुजीत बासकोटाकै संगीतमा ४० को दशकमा युगदेखि युगसम्म, लोभी पापी, अधिकार, कसम, प्रेमप्रिन्ड जस्ता कैयौं सफल चलचित्रहरु आए । यी चलचित्र सफल हुनमा सार्थक गीत संगीतकै योगदान भएको बरिष्ट संगीतकार शम्भुजीत बासकोटाको भनाई छ । यही कालखण्डमा शुभबहादुर, भूपेन्द्र रायमाझी, शक्ति बल्लभ, प्रकाश गुरुङ, टिका भण्डारी, दीपकरमण सिंहजस्ता संगीतकारहरुले पनि केही चलचित्रलाई आफ्ना गीत संगीतबाट सफल बनाउन योगदान दिए ।

यता २०५० को दशकमा नेपाली चलचित्रमा गीत संगीतको प्रभाव अन्य दशकको तुलनामा कमजोर पाईन्छ । यो दशकका सबै चलचित्रका गीतहरु समावेश नभएका हैनन् । तथापि ४० को दशकको जस्तो कालजायी गीतहरु ५० को दशकमा कमै सृजना भए । ५० को दशकमा गीतकै कारण सफल भएका चलचित्रमा दक्षिणा, दुई थोपा आँसु, देउता, सिमारेखा, अल्लारे, करोडपति, सिमाना, माईली, बर पिपल, दर्पण छायाँ, यो मायाँको सागर, आफन्त, आफ्नो मान्छे, सुखदुख, बुहारी, ठुल्दाई, मिस्टर रामकृष्णे लगायत हुन् ।

२०६०को दशकमा पनि नेपाली चलचित्रमा गीत संगीतका प्रभाव यथावतै रहेको देखिन्छ । शम्भुजीत बासकोटाले सफलतापूर्वक धानिरहेको नेपाली चलचित्र संगीतमा यो दशकमा सुरेश अधिकारी, लक्ष्मण शेष, चेतन सापकोटा, कन्हैया सिंह, महेश खडका जस्ता संगीतकारको आगमन भयो । उनीहरुले पनि नेपाली चलचित्र संगीतमा बिस्तारै आफ्नो प्रभाव जमाए । यो दशकमा हामी साथी भाई, चट्टान, पापी मान्छे जस्ता चलचित्र पनि संगीतकै कारण सफल रहे । यी तीन वटै चलचित्रमा यो पँक्तिकारको पनि सफल गीतहरु थिए । ती गीतहरुले चलचित्रलाई सफल बनाउन निकै ठुलो सहयोग पुर्‍याएको सम्बन्धित निर्माताहरु बताउँछन् ।

गीत संगीतले ६० को दशकमा नेपाली चलचित्रलाई अझ सफल बनायो । ६०को दशकका चलचित्रमा ए मेरो हजुर, हामी तीन भाई, राजु राजा राम, नाई नभन्नु ल, पर्खिबसें, पापी, म तिमी बिना मरिहाल्छु, कहाँ भेटिएला, बन्दकी, सम्झना, मेरो एउटा साथी छ, लुट, आगो, दौतरी जस्ता कैयौं चलचित्रहरु गीत संगीतकै कारण सफल भए । यो दशकको मध्यान्तरतिर नेपाली चलचित्र संगीतमा अर्जुन पोखरेल, दीपक शर्मा, कालीप्रसाद बासकोटा जस्ता प्रभावकारी संगीतकारको आगमन भईसकेको थियो ।

यो ७० को दशकमा अर्जुन पोखरेलसँगै दीपक शर्मा, काली प्रसाद बासकोटा, नारायण रायमाझी लगायतको नेपाली संगीतमा प्रभाव रहेको छ । नेपाली चलचित्रमा अघिल्लो पुस्ताका संगीतकार शम्भुजीत बासकोटा पनि नियमित सार्थक संगीतको प्रस्तुतिमा छन् । यो दशकमा नेपाली चलचित्र सफल हुनमा सम्बन्धित सिनेमामा समेटिएका संगीतको त्यत्तिकै देन रहेको छ । यो दशकको फिल्महरु नाई नभन्नु लका विभिन्न सूँखला, छक्का पञ्जाका विभिन्न सूँखला, प्रेम गीतका सूँखला, म यस्तो गीत गाउँछुका सूँखला, कबड्डीका सूँखलाहरु, बीर बिक्रमका सूँखलाहरु, ए मेरो हजुरका सूँखलाहरु हिट हुनुमा गीत संगीतको पनि त्यत्तिकै देन रहेको छ । यो दशकमा बाटुली, गोरखा पल्टन, रेशम फिलिली, होस्टेल, परदेशी, दुई रुपैयाँ, ऐश्वर्य, लिली बिली, ड्रिम्स, सत्रुगते, मँगलम, क्याप्टेन, छ मायाँ छपक्कै सहित कैयौं चलचित्रमा कर्णप्रिय गीत समावेश भएकै कारण व्यवसायिक रुपमा सफल भए । नेपाली चलचित्रमा यो दशकमा लोक शैलीको गीतले नेपाली सिनेमामा बढी स्थान पाएको छ । जसका कारण सिनेमामा संगीतले झनै महत्व पाएको छ ।

अहिले नेपाली चलचित्रमा नयाँ पुस्ताका आशालाग्दा गायक, गायिका, सँगीतकारहरु आएका छन् । अहिले नेपाली चलचित्रमा युवा पुस्ताबाट सुवास भुसाल, एसडी योगी, एलिश कार्की, विकाश चौधरी, राजेन्द्र बजगाईं जस्ता थुप्रै आशा लाग्दा संगीतकार आएका छन् । जसले नेपाली चलचित्र संगीतमा अझ नयाँ आयाम थप्ने आशा गरिएको छ । तसर्थ नेपाली चलचित्रको पर्याय बनेको गीत संगीतले हाम्रा सिनेमालाई आउँदा दिनमा अझ सार्थक तुल्याउने आशा गरौं ।

(लेखक डब्बु क्षत्री नेपालका स्थापित गीतकार हुन् । उनले डेढ दर्जन चलचित्रमा समेत सफल गीत लेखिसकेका छन् ।)

‘वर्षौं सरकारमा बसेर काम नगर्नेलाई भोट किन ?’

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २५ कात्तिक/ पटक पटक सरकारमा गएर पनि केही नगर्नेलाई भोट दिन नहुने लोकतान्त्रिक बाम गठबन्धनकी मकवानपुर क्षेत्र नम्बर-१ को प्रतिनिधिसभा सदस्यकी उम्मेदवार महालक्ष्मी उपाध्याय डिनाले बताएकी छन् ।

हेटौंडा-१२ को घिसिङ टोल र १३ को वनस्पती चोकमा शुक्रबार भएको लोकतान्त्रिक बाम गठबन्धनको चुनावीसभा र घर दैलोलाई सम्बोधन गर्दै डीनाले पटक पटक चुनाव जितेर जाने र बर्षौंसम्म सरकारमा बस्ने तर जनताको पक्षमा केही नगर्नेहरुलाई भोट दिनु नहुने बताएकी हुन् । दुई तिहाई नजिकको सरकार चलाउन नसक्ने, संविधान र व्यवस्थादेखि नसहनेलाई पनि जनतासँग मत माग्ने अधिकार पनि नभएको बताइन् ।

उनले प्रतिगमनकारीलाई टिकट दिएर चुनाव लड्न पठाउने ओलीले काम गर्छ भन्नु दिवा सपना देख्नु जस्तै भएको दाबी गरेकी छन् । सूर्य चिन्ह किनेर चुनाव लड्न आएकालाई के भन्नुहुन्छ ? भन्दै डिनाले एमालेका नेता कार्यकर्तालाई मत दिँदा विवेक प्रयोग गर्न समेत अनुरोध गरेकी छन् ।

चुनावी सभालाई कांग्रेस केन्द्रीय सदस्य लक्ष्मी खतिवडा, नेकपा एस मकवानपुर अध्यक्ष सूर्य चन्द्र न्यौपाने, माओवादी केन्द्र मकवानपुरका सचिव भीम पाखिन लगायत कांग्रेस, माओवादी केन्द्र र नेकपा (एस)का नेताले सम्बोधन गरेका थिए ।

मतदातको आवश्यकाता मेरो प्राथमिकता: आनन्दराम

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २५ कात्तिक/ लोकतान्त्रिक बाम गठबन्धनका मकवानपुर क्षेत्र नम्बर-१ प्रदेशसभा (ख) का उम्मेदवार आनन्दराम पराजुलीले मतदाताको आधारभूत आवश्यकता आफनो पहिलो प्राथमिकता भएको बताएका छन् ।

लोकतान्त्रिक बाम गठबन्धनले शुक्रबार हेटौंडा-१२ घिसिङ टोल र १३ को बनस्पतीमा गरेको चुनावी सभालाई सम्बोधन गर्दै पराजुलीले मतदाताको आवश्यकता आफ्नो प्राथमिकता भएको बताएका हुन् । उनले मतको अपमान गर्नेलाई पाखा लागाउनु पर्ने समय आएको बताए ।

‘चुनाव जितेर जाने, जनतालाई अप्ठेरो पर्दा कानमा तेल हालेर बस्नेलाई फेरी पनि मत दिनु भनेको मत खेर फाल्नु हो’, पराजुलीले भने । उनले कोभिडको महामारी र प्रकोपको समयमा हेटौंडाको मतदाता माझ पुगेको स्मरण गर्दै आफु संधै जनताको दुःख र सुखमा साथै रहेको बताए । पराजुलीले सभामा निर्वाचन हारेपनि जितेपनि निरन्तर जनतामाझ रहने उद्घोष गर्दै संविधानको रक्षा र राजतन्त्र फालेर ल्याएको लोकतन्त्र जोगाउन गठबन्धनका उम्मेदवारलाई अमुल्य मत दिएर जिताउन अपील गरे ।

रोहितकुमार बने राष्ट्रिय क्रिकेट टिमका नयाँ कप्तान

काठमाडौं/नेपाल क्रिकेट संघ (क्यान)ले रोहितकुमार पौडेललाई नयाँ कप्तान नियुक्त गरेको छ । सन्दीप लामिछाने निलम्बनमा परेपछि राष्ट्रिय टिमको कप्तान पद रिक्त थियो । क्रिकेट संघले शुक्रबार साँझ रोहितलाई कप्तानको जिम्मेवारी दिएको हो ।

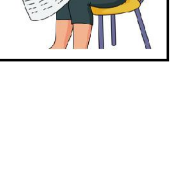
नेपालले यही कात्तिक २८ देखि घरेलु मैदान युएईविरुद्ध तीन खेलको एकदिवसीय अन्तर्राष्ट्रिय (ओडिआई) शृंखला खेल्दैछ । त्यसैको पूर्वसन्ध्यामा क्यानले नयाँ कप्तान नियुक्त गरेको हो ।

रोहितले अब सन्दीप लामिछानेको स्थान लिनेछन् । केन्या टुरमा रोहितले ५० ओभरको खेलमा नेपालको कप्तानी गरिसकेका छन् । यसअघि सन्दीप कप्तान हुँदा रोहित उपकप्तान थिए ।

रोहितले नेपालको यू-१९ उमेर समूहको कप्तानी गरेका थिए । क्रिकेट संघले शुक्रबार नै नेपाली टिमको घोषणा गरेको छ, जसमा हरिशंकर साहले पनि स्थान बनाएका छन् ।

ज्ञानेन्द्र मल्ल, करण केसी, सोमपाल कामी, कुशल भुर्तेल, आरिफ शेख, ललित राजवंशी, दीपेन्द्र सिंह ऐरी, आसिफ शेख, भीम सार्की, कमल सिंह ऐरी, आदिल खान, अर्जुन साउद र गुल्सन झा पनि टोलीमा छन् ।

“तपाईं हामी सबैको कुरा”
साझाकुरा
कोरोना महामारीले समस्याग्रस्त अवस्थामा पनि हाम्रो प्रकाशन रोकिएको छैन, निरन्तर जारी छ ।
हामी तपाईंहरुकै माझमा छौं, पाठकको चाहनालाई मध्यनजर गर्दै परिष्कृत ढंगले अघि बढ्दैछौं ।
वेवसाइडमाः www.sajhakuranews.com
सर्च गर्न नभुल्नुहोला ।
साझाकुरा वेवसाइटमा सजिलै पढ्न सकिने छ ।



भर्ना खुल्यो! भर्ना खुल्यो !
3 YEARS LAB TECHNICIAN RADIOGRAPHY
पुन: प्रवेश परिक्षा
SEE/SLC पास पछिको ३ वर्षे प्रमाणपत्र तहमा CTEVT बाट मान्यता प्राप्त यस शिक्षण संस्थामा शैक्षिक सत्र २०७९/८० को लागि निम्न कार्यक्रमहरुमा भर्ना खुल्यो । मान्यता प्राप्त शिक्षण संस्थाबाट प्रवेशिका (See/SLC) परिक्षामा अनिवार्य गणित, अंग्रेजी र विज्ञान विषयलिई समग्रमा Grade Point Average (GPA) न्यूनतम २ प्राप्त हुनु पर्नेछ ।
MTI का विशेषताहरु
- उत्कृष्ट एवं अनुभवी प्राध्यापकहरुद्वारा अध्यापन गराईने
- उत्कृष्ट पूर्वाधार प्राप्त OJT को व्यवस्था
- स्वच्छ, शान्त, पारिवारिक एवं मनोरम शैक्षिक वातावरणमा पठनपाठन हुने
- विद्यार्थीहरुलाई प्रोजेक्टरको माध्यमबाट पठनपाठन गराईने
- उत्कृष्ठ ल्याबको सुविधा
Lab Technician केही सिट
Radiography केही सिट
फारम शुल्क रु १५००/-
- फारम वितरण मिति: २०७९/०७/२१ गते सोमबार देखि
- फारम बुझाउने अन्तिम मिति: २०७९/०७/२७ गते बेलुका ४:३० सम्म
- प्रवेश परिक्षा मिति : २०७९/०७/२९ गते बिहान ८:००
मकवानपुर टेक्निकल इन्ष्टिच्युट
हेटौंडा-४ भैरव रोड, सम्पर्क: ०५७-५२१८५२/५२०६८८ ९८४५०२९८१०, ९८६०२०२६७१

के तपाई फोटो कपी प्रिन्टर मेसिन किन्दै हुनुहुन्छ ?
Brother, Canon, HP, Sharp Ricoh, Epson, Kyocera, Lexmark
एक बर्षको वारेन्टीका साथै दुई बर्ष फ्रि सर्भिस पनि गरिन्छ प्रिन्टर किन्दा एउटा कार्टेज सित्तैमा लैजानुहोस् ।
टोनर रिफिलिङ्ग, प्रिन्टर, कम्प्युटर, फोटोकपी लगायतको सर्भिस छिटो छरितो र भरपर्दो रुपमा गर्नुभई ढुक्क हुनुहोस् ।
Printer Shop
The complete office solution
Contact No. 9845292140, 057-527041, Schoolroad, Hetauda-4
tonerhouse_htd@yahoo.com

दशकपछि फर्किएको फुटबलको माहौल, खेलकुद विकासमा छलाङ

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २५ कार्तिक/ हेटौंडामा खेलकुदको माहौल बढेको धेरै वर्ष भएको छैन् । करिब पाँच वर्षदेखि जिल्लामा फुटबलदेखि भलिबललगायतका खेलको माहौल बढेको छ ।

दोस्रो जनआन्दोलन पश्चात हेटौंडामा पहिलो पटक राष्ट्रिय फुटबल प्रतियोगिता भएको थियो । प्रतियोगितासँगै करिब १२ वर्ष हेटौंडामा कुनैपनि किसिमको राष्ट्रिय फुटबल प्रतियोगिता भएन । २०७२ सालको भूकम्पमा परी निधन भएका खेल पत्रकार सुमन भोम्जनको स्मृतिमा हेटौंडामा राष्ट्रिय फुटबल प्रतियोगिता गराउने निधोमा यहाँका युवा व्यवसायी पुगेपनि त्यसका लागि आवश्यक अर्थको व्यवस्था नहुँदा समस्यामा परेका थिए । तत्कालिन समयमा नेपाली कांग्रेस मकवानपुरका सभापति तथा सांसद इन्द्रबहादुर बानियाँले आवश्यक बजेटको प्रबन्धन गरेसँगै हेटौंडामा १२ वर्षपछि फुटबलको माहौला फर्किएको थियो ।

बानियाँले जिल्लाका स्थानीय निकाय र विभिन्न व्यापारिक प्रायोजकसँग सम्झौता गरी जिल्लामा फुटबल हुने वातावरण तयार पारेका थिए । तत्कालिन समयमा उनले गरेको सहयोगसँगै हालको दिनमा पनि जिल्लामा वर्षेनी एउटा राष्ट्रिय प्रतियोगिता हुने माहौल सिर्जना भइरहेको छ । उनले जिल्लाबाट उत्कृष्ट फुटबल प्रदर्शन गर्ने जुनियरदेखि सिनियर टोलीसम्मका

खेलाडीलाई नगदबाट समेत वर्षेनी सम्मान गर्ने गरेका छन् । दोस्रो सहिद स्मृति गोल्डकप फुटबल प्रतियोगितामा बानियाँले फाइनलमा प्रवेश गरेको टिमका खेलाडिलाई जनही नगद ५ हजार रुपैया रुपलब्ध गराएका थिए ।

उनले अन्तरराष्ट्रियस्तरमा हुने खेलकुदमा जाने खेलाडिलाई पनि सहयोग गरेका छन् । बानियाँकै सहयोगमा राक्सिराङको लावतीमा खेल मैदान निर्माण भएको छ । यसका लागि बानियाँले एक्साभेटर, टिपर, इन्धन गरी ५ लाख रुपैया बढिको सहयोग गरेका थिए । बानियाँको सहयोग बर्कैयाको जुरेली खेल मैदान निर्माणमा पनि रहेको छ । 'इन्द्र दाईकै सहयोग र समन्वयमा हामीले हेटौंडामा फुटबलको माहौल पुन: फर्काएका हौं', तत्कालीन समयमा आयोजक सुमन भोम्जन स्मृति खेलकुद प्रतिष्ठानका महासचिव सविन न्यौपानेले भने । बानियाँकै पहलमा जिल्लामा बीपी कप फुटबल प्रतियोगिता वर्षेनी हुने गरेको नेपाल लोकतान्त्रिक खेलकुद संघ मकवानपुरका सचिव प्रदीप कँडेलले बताउँछन् ।

'इन्द्र दाईले हामीलाई बर्षेनी १ लाख रुपैयाको दरले रकम उपलब्ध गराउने गर्नु भएको छ', उनले भने । बानियाँले वडा, टोलस्तरीयदेखि जिल्लाबाट विभिन्न स्थानमा हुने प्रतियोगितामा सहभागी हुने टोलीलाई समेत नगद तथा जिन्स सामान सहयोग गर्दै आएको जिल्ला फुटबल संघ मकवानपुरले जनाएको छ । उनले हेटौंडा उपमहानगर पालिकासँग समन्वय गरेर हेटौंडामा महिला र पुरुष फुटबल एकेडेमी सञ्चालनका लागि पहल गरिरहेको समेत बताए । फुटबल मात्र होइन । जिल्लाको अन्य खेलकुद गतिविधिमा समेत बानियाँले सहयोग पुऱ्याउँदै आएका छन् ।

उनले हेटौंडा-१७ स्थित हटियामा हुने भलिबल प्रतियोगिताका लागि आवश्यक नगद तथा जिन्सी सहयोग वर्षेनी गर्ने गरेको हटिया स्पोर्टस् एकेडेमीका अध्यक्ष छवि सुवेदीले जानकारी दिए । 'दाईबाट हामीले सधैं सहयोग प्राप्त गरेका छौं', उनले भने । मकवानपुरको खेल क्षेत्रलाई बानियाँले सधैं सहयोगी भावका साथ हेर्ने गरेको मकवानपुर जिल्ला फुटबल संघका अध्यक्ष टिकाराम लामा बताउँछन् । 'फुटबल मात्रै हैन इन्द्र दाईसँग खेलकुद गतिविधि गर्नपऱ्यो भनेर जाने कसैले पनि खाली हात फर्कनु परेको छैन, व्यक्तिगत सहयोग होस् वा प्रायोजकको खोजी गर्न होस् उहाँ सधैं अगाडि हुनुहुन्छ', उनले भने । 'मकवानपुर खेलकुद क्षेत्रको उर्वरभूमि हो । मैले आवश्यकता अनुसार खेलक्षेत्रमा सहयोग गर्दै आइरहेको छु', मंसिर ४ गते हुने प्रदेशसभा निर्वाचनमा मकवानपुर क्षेत्र नम्बर २ 'ख' बाट उम्मेदवार बनेका बानियाँले भने ।

उनले जिल्लामा आवश्यकता अनुसार खेल मैदान, कभर्ड हल र मिनि रंगशाला निर्माणका लागि आफूले पहल गरि रहेको बताए । विगतमा पनि खेल क्षेत्रको पूर्वाधार विकास, खेलाडीलाई प्रोत्साहन लगायतको काम गरेको बताउँदै उनले आगामी दिनमा पनि म खेलकुद क्षेत्रको विकासमा प्रतिबद्ध रहेको बताए । 'अहिले क्रिकेटप्रति लोकप्रियता बढिरहेको छ । हामीले यसमा पनि लगानी गर्नुपर्ने अवस्था सिर्जना भएको छ', उनले भने । बानियाँले जिल्लाको खेलकुद विकासका लागि मार्सल आर्ट्स्, एथलेटिक्स, हक्की तथा अन्य खेलकुद क्षेत्रमा लगानी गर्न सरोकारवाला पक्षसँग समन्वय गर्ने प्रतिबद्धता उनले जनाएका छन् ।

'निर्वाचनको परिणाम राप्रपाको पक्षमा'

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २५ कात्तिक/ मकवानपुरको प्रतिनिधिसभा क्षेत्र नम्बर १ का उम्मेदवार दिपकबहादुर सिंहले निर्वाचनको परिणाम राप्रपाको पक्षमा आउने बताएका छन् ।

राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टी (राप्रपा)का केन्द्रीय सदस्यसमेत रहेका सिंहले राप्रपालाई हरेक जनताले विश्वास गरेको भन्दै आफ्नो जित निश्चित रहेको बताए । शुक्रवार हेटौंडा-१५ र ९ नम्बर वडाको घरदैलो अभियान तथा कोणसभामा बोल्दै सिंहले राप्रपाको एजेण्डामा जनताले विश्वास गरेको बताए । उनले जनताको विश्वासमा कदापी धोका नदिने बाचा लिए ।

'जनताले राप्रपालाई धेरै विश्वास गर्नु भएको पाएको छु । राप्रपा र म दिपकबहादुर सिंहले कहिल्यै विश्वास टट्ने काम गर्ने छैन् । तपाईहरुको वरपर रहेर पाँच वर्ष काम गर्छु,' उनले भने ।

राप्रपाले उठाएका विषयहरुलाई मुर्त रुप दिन जनताको साथ र समर्थन राप्रपाले पाइरहेको र आगामी निर्वाचनमा पनि पाउने बताए । निर्वाचनमा बाम लोकतान्त्रिक गठबन्धन, नेकपा एमाले तर्फबाट फैलाइएका विभिन्न भ्रमहरु जनताले बुझिसकेको बताए । राप्रपाले उठाएका राजनीतिक स्थायित्व, प्रत्यक्ष निर्वाचित प्रधानमन्त्री, राष्ट्रिय हितको रक्षा, सुशासन, आर्थिक विकास र समृद्धिलगायतका मुद्दाहरुलाई जनताले महशुस गरेको बताए ।

जनताले महशुस गरेका कुराहरुलाई राप्रपाले सरकार बनेपछि पुरा गरेर छाड्ने राप्रपाको संकल्प रहेको स्पष्ट पारे ।

पत्रकार महासंघको १७ औं साधारणसभा

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २५ कात्तिक/ हेटौंडामा शुक्रबार नेपाल पत्रकार महासंघ मकवानपुरको १७ औं वार्षिक साधारणसभा भएको छ । महासंघमा नयाँ नेतृत्व आएपछि पहिलो साधारणसभा गरिएको हो ।

साधारणसभामा अध्यक्ष मणिराज गौतमले अध्यक्षको प्रतिवेदन, सचिव शुभलक्ष्मी विश्वकर्माले प्रगति प्रतिवेदन र कोशव समर्पणले कोषाध्यक्षको प्रतिवेदन प्रस्तुत गरिएको थियो । अध्यक्ष र सचिवको प्रतिवेदनअनुसार नयाँ कार्यसमिति आएपछि पत्रकारहरुको क्षमता अभिवृद्धि गर्न तालिम, पत्रकार महासंघको भवनको मर्मतसम्भार, बिरामी भएर शल्यक्रिया गर्नुपर्ने अवस्था भएका पत्रकारलाई आर्थिक सहयोग गरिएको छ । साधारणसभाको अवसर पारेर दुई जना पत्रकारलाई अग्रज तथा क्रियाशील शिर्षकमा पत्रकारिता पुरस्कार प्रदान गरिएको छ ।

नेपाल पत्रकार महासंघका वरिष्ठ उपाध्यक्ष रमेश विष्टले साधारणसभा उद्घाटन गरेका थिए । उनले श्रमजीवी पत्रकारहरुको हकहितमा पत्रकार महासंघ केन्द्रीय कमिटी र जिल्लास्थित शाखाहरु निरन्तर लागिपरेको बताए ।

पत्रकारहरुको क्षमता अभिवृद्धिमा महासंघले विशेष ध्यान दिएको बताए । कार्यक्रममा नेपाल पत्रकार महासंघकी सचिव सिजना अर्याल, पत्रकार महासंघ केन्द्रीय सदस्य धुव्र रावल, सुनिल खड्का, पत्रकार महासंघ बागमती प्रदेशका निवर्तमान अध्यक्ष प्रताप विष्ट, नेपाल पत्रकार महासंघ बागमती प्रदेश उपाध्यक्ष रुपेश दुलाल, महासंघ मकवानपुरका पुर्व अध्यक्ष नवराज शर्मा, भानुभक्त आचार्यलगायले आफ्नो धारणा राखेका थिए ।

कार्यक्रममा समाजवादी प्रेस संगठनका उपमहासचिव रामकुमार एलन, प्रेस चौतारी मकवानपुर अध्यक्ष बालकृष्ण अधिकारी, प्रेस युनियन मकवानपुर अध्यक्ष कुमार अधिकारी (पोष्टराज), प्रेस संगठन मकवानपुर अध्यक्ष अञ्जली थापा, प्रेस नेपाल अध्यक्ष मनोज ढोडरी, स्वतन्त्र पत्रकार संघ मकवानपुरका अध्यक्ष गोकुल अधिकारी, वानका उपाध्याय उज्ज्वल चौलागर्इलगायतले मन्तव्य व्यक्त गरेका थिए । महासंघले पार्वतीमान बोमबहादुर राउत स्मृति अग्रज पत्रकारिता पुरस्कार २०७८ बाट जिल्लामा लामो समयदेखि पत्रकारितामा सक्रिय र ममणी दहालनाई र न्युब्रेमान स्मृति कृयाशील पत्रकारिता पुरस्कार-२०७८ बाट प्रेस सेन्टर मकवानपुर की अध्यक्ष तथा रासस की अञ्चली थापालाई नगद ५ हजार ५ सय ५५ रुपैयाँसहित पुरस्कार प्रदान गरेको हो ।

'संविधान विरोधीलाई निर्वाचनमा परास्त गछौं'

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २५ कात्तिक/ संविधान र व्यवस्था विरोधीहरुलाई आगामी निर्वाचनबाट परास्त गरिने मकवानपुरको प्रदेशसभा २ को (ख)मा लोकतान्त्रिक बाम गठबन्धनका उम्मेदवार इन्द्रबहादुर बानियाँले बताएका छन् ।

जिल्लाको विकट राक्सिराङ गाउँपालिका-९ खैराङमा शुक्रबार गठबन्धनले आयोजना गरेको चुनावी सभालाई सम्बोधन गर्दै उनले मंसिर ४ गते संविधान र व्यवस्थाको पक्षधर र विरोधीबीच महासंग्राम हुने बताए । नेकपा एमालेले जनताले ल्याएको उपलब्धीलाई मास्न बारम्बार संविधानमाथि नै प्रहार गरेको बताउँदै राजतन्त्र ब्युताउन खोज्ने, देख दुर्व्यवहार खोज्नेहरुसँग चुनावी तालमेल गरी अघि बढेको एमालेलाई अबको निर्वाचनमा गठबन्धनले परास्त गर्ने बानियाँले बताए । उनले रवि लामिछानेले नेतृत्व गरेको दलले एउटा धर्म र आस्थाको चुनाव चिन्ह घण्टी बोकेर जनतामा भ्रम सिर्जना गरेको भन्दै मतदातालाई सचेत रहनसमेत आग्रह गरे ।

उनले अब बन्ने गठबन्धनको सरकारले जनताको जीवनस्तर परिवर्तन गर्ने बताए । गाँजा विधेयक ल्याएर देशभरका गाँजा ओसारपसारमा परेकाहरुलाई कारागार मुक्त गरिने बानियाँले बताए ।

विश्व स्वास्थ्य संगठनले नै गाँजालाई औषधिमुलक वनस्पती मानिसकेको अवस्थामा अब गाँजा प्रशोधन गरेर विदेश निर्यात गरी नेपालको अर्थतन्त्र बलियो बनाउने उनले बताए । उनले गठबन्धनको राजनीति, अवसरका लागि भनई पिछाडिएका तथा लोपोन्मुख चेपाङ, भुजेल, जनजाती समुदायको विकास समृद्धि, उत्पादन, रोजगारीको व्यवस्था गर्नुमा रहेको बताए ।

प्रदेशमा गठबन्धनको सरकार आएसी १० महिनाको अवधिमा खैराङमा मात्रै बहुवर्षीय बाहेक नै ३४ करोड रुपैया सडक पूर्वाधार, खानेपानी, ग्रामिण विद्युतीकरण लगायत क्षेत्रमा विनियोजन गरिएको बानियाँले बताएका छन् ।

नेकपा एकीकृत समाजवादी राक्सिराङ गाउँपालिका अध्यक्ष दावा लामाको सभाध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा संघीय उम्मेदवार विरोध खतिवडा, गठबन्धनका विभिन्न दलका नेताहरु भीमसेन महत, ओम घलान, राज कुमार मल्ल, वनस्तम थिङ, चन्द्रबहादुर रुम्बा, मोहन नगरकोटी, राजकुमार बाल्पा थिङ, निर्मला हिमडुङ लगायतको उपस्थिति रहेको थियो । कार्यक्रममा विभिन्न पार्टी परित्याग गरी २७ जना कांग्रेस प्रवेश गरेका थिए ।

'महिनावारीमा गरिने संक्रिण व्यवहार परिवर्तन हुनुपर्छ'

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २५ कात्तिक/राधा पौडेल फाउन्डेसनकी संस्थापक राधा पौडेलले मर्यादित महिनावारीमा समाज सचेत रहनुपर्नेमा जोड दिएकी छन् ।

मकवानपुरका गाउँमा सहकारीबाट महिलाहरुमा जागरण जगाएको संस्था ग्रामीण महिला सेवा केन्द्रको आयोजनामा हेटौंडामा शुक्रबार भएको मर्यादित महिनावारी विषयक अन्तर्क्रियामा बोल्दै पौडेलले महिनावारीको समयमा महिलामाथि गरिने संक्रिमण सोचमा परिवर्तन गर्नुपर्ने धारणा राखेकी हुन् । महिनावारी हुँदा गरिने संक्रिण सोच परिवर्तन गर्नुमै भन्दै उनले महिनावारी विभेदबारे सञ्चारकर्मीलाई परिवर्तनका लागि भूमिका खेल्न आग्रह गरेकी छन् । सरकारले पाठ्यक्रममा मर्यादित महिनावारी विषयलाई समावेश गर्न लागेको बताउँदै उनले मर्यादित महिनावारिका विभेद हटाउन भूमिका खेल्न सञ्चार माध्यमलाई आग्रह गरेकी हुन् ।

शुक्रबार सञ्चारकर्मीहरु सँग अन्तरक्रिया गर्दै सेवा केन्द्र अध्यक्ष सुलोचना स्याङ्तानको सभाध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा संस्था उपाध्यक्ष लक्ष्मी मुक्तान, सचिव अचला शर्मालगायत सञ्चार कर्मीको सहभागिता थियो । कार्यक्रममा महिनावारी सम्बन्धि प्रस्तुती दिइएको थियो । नेपाल जनसांख्यिक तथा स्वास्थ्य सर्वेक्षण, २०१६ अनुसार नेपालमा १५ देखि ४४ वर्ष उमेर समूहका महिला तथा किशोरीको प्रमुख स्वास्थ्य समस्या

यौन तथा प्रजनन् स्वास्थ्य हो । महिनावारी विभेद/छुवाछुत जस्ता हानिकारक प्रथा परम्पराजस्य अभ्यासलाई कानुनले नै दण्डनीय बनाइसकेको अवस्थामा पनि समुदायमा महिनावारी सम्बन्धि गलत धारणा र त्यसबाट सिर्जित विभेदकारी अभ्यास व्याप्त रहेको भन्दै सहभागीहरुले चिन्ता व्यक्त गरेका थिए ।

विभेदकारी व्यवहार रहेकाले महिला तथा किशोरीको आत्मविश्वास घट्ने, विभिन्न अवसर बाट बञ्चित हुने, सार्वजनिकस्थलमा पहुँच नहुने, अमानवीय व्यवहार भोग्नुपर्ने, सुरक्षित प्याड प्रयोग र सरसफाइबाट बञ्चित हुने अवस्था आएको महिला अगुवाहरु बताउँछन् । पर्याप्त सूचना अभाव र स्वास्थ्यलाई प्राथमिकता दिन नपाउँदा विभिन्न यौन तथा प्रजनन् स्वास्थ्य समस्या भोग्नुपरेको छ भनेबारे खुलेर कुरा गर्नु हुँदैन भनी लाजको विषय बनाइएको छ । जसका कारण महिला तथा किशोरीहरु भन् विभेद र हिंसाको शिकार भएको जनाइएको छ । महिला तथा किशोरीको सम्मानित जीवनयापनका लागि सचेतनामूलक कार्यक्रम र पैरवी गर्नु आवश्यक देखिएको बताइएको छ ।

'डेटा ड्रिभन' पत्रकारिता तालिम सकियो

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २४ कात्तिक/ बागमती प्रदेशका पत्रकारलाई प्रदान गरिएको पाँच दिवशीय डेटा ड्रिभन पत्रकारिता तालिम समापन भएको छ ।

सञ्चार रजिष्ट्रार कार्यालय हेटौंडा मकवानपुरको आयोजनामा काभ्रेपलान्चोकको धुलिखेलमा पहिलो पटक प्रदान गरिएको डेटा ड्रिभन पत्रकारिता तालिमको शुक्रबार समापन गरिएको हो । बागमती प्रदेशका सञ्चार रजिष्ट्रार रेवती प्रसाद सापकोटाले डेटा ड्रिभनको पहिलो तालिमले सहभागिलाई भोक जगाउने काम गरेको बताए । उनले पत्रकारको क्षमता अभिवृद्धि गर्न भविष्यमा पत्रकारिताको एड्भान्स तालिमहरु संचालनको तयारीमा रहेको जानकारी दिए । उनले परिवर्तित समय अनुसार पत्रकारहरुले समाचार तयार गर्न, आवश्यक तथ्याङक खोज्न र स्रोतको गहिराईमा पुगेर समाचार लेख्नका लागि यस्ता तालिमहरुले उर्जा प्रदान गर्ने विश्वास व्यक्त गरे ।

उनले तालिमको अन्तिम दिन समापन समारोहमा सहभागिहरुलाई प्रमाणपत्र वितरण गर्दै तालिममा सिकेका सिपलाई प्रयोग गर्न आग्रह गरे । डेटा ड्रिभन तालिममा प्रशिक्षकद्वय सामाजिक सञ्जाल तथा मिडिया अनुसन्धानकर्ता उज्वल आचार्य र अरुण कार्कीले संयुक्त रुपमा प्रशिक्षण दिएका थिए । उनीहरुले डेटा पत्रकारिताको सौद्धान्तिक अवस्था, नेपालमा भएका अभ्यासबारे चर्चा तथा तथ्यलाई ड्राइभ गरेर समाचार तयार पार्ने तरिका, टेबल, पाइचाट, ग्राफ, नक्सा, लाइभ डाटाको प्रयोगबारे सहभागिलाई जानकारी गराएका थिए ।

तालिममा मकवानपुर, सिन्धुपाल्चोक, रामेछाप, भक्तपुर, चितवन, नुवाकोट, काठमाडौं, सिन्धुपाल्चोक र ललितपुरका १९ जना पत्रकारहरुको सहभागिता रहेको थियो । तालिममा बागमती प्रदेशमा रहेर अनलाइन, पत्रपत्रिका, रेडियो, टिभीमा आवद्ध तथा मिडिया अनुसन्धानकर्ताको सहभागिता रहेको थियो ।

HETAUDA CITY HOSPITAL PVT.LTD.

Hetauda-1, Sub-metropolitan

Phone: 057-520315

VACANCY ANNOUNCEMENT

Our Organization is seeking Applications from Qualified, Energetic and Experienced Candidates for the Following Designations.

S.No.	Designation	No.	Salary (Rs)	Min. Qualifications
1	Staff Nurse	Few	Negotiable	PCL/NHPC registered
2	CMA/ANM	Few	Negotiable	TSLC
3	Receptionist	Few	Negotiable	+2 completed

Experience, Performance, Dedication and Professionalism will be taken into consideration Interested individuals are to submit their update curriculum vitae with in 10 days of the first publication of this notice.

सादर आमन्त्रण

जन्म
२०२३/०७/०८

स्वर्गारोहण
२०६७९/०७/१४

हाम्री प्रतस्मरणीय पत्नी/आमा **कृष्णमाया बर्तौला**को ५६ वर्षको उमेरमा मिति २०७९ कात्तिक १४ गते सोमबार स्वर्गारोहण हुनुभएकोमा उहाँको दिवंगत आत्माको चीरशान्तिको कामना गर्दै सागरमा पाल्नुहुने तथा समवेदना व्यक्त गर्नुहुने आफन्तजन तथा छरछिमेकीप्रति आभार प्रकट गर्दै १३ औं दिनको पुण्यतिथिमा पितृ प्रसाद ग्रहणको लागि निम्न मिति, समय र स्थानमा सादर आमन्त्रण गर्दछौं ।

प्रसादको समय:
मिति: २०७९ कात्तिक २६ गते शनिवार
स्थान: आफ्नै निवास, हेटौंडा-१, चौकीटोल
समय: दिउँसो २ बजे

प्राथी:
पति : कृष्णप्रसाद बर्तौला
छोरा/बुहारी : अमितकुमार बर्तौला/ ईश्वरी बर्तौला
छोरा : अजितकुमार बर्तौला

असमर्थताको लागि: ९८४५४६०१७१

साझाकुरा राष्ट्रिय दैनिकका लागि **सविन न्यौपानेद्वारा** प्रकाशित, सम्पादक: **सरला खनाल** कार्यालय/मुद्रण: हेटौंडा-१ चौकीटोल, फोन नं.: ०५७-५२११९५, E-mail:sajhakura@gmail.com, URL: www.sajhakuranews.com, पोष्ट बक्स नं. २९, **मुद्रण:** सफल छापाखाना