जिल्ला प्रशासन कार्यालय मकवानपुर दर्ता नं. ११९/२०६९/०७० मकवानपुर जि. हुलाक कार्यालय दर्ता नं ०५/२०७६/०७७

www.saheekhabar.com

सहीखबर

साप्ताहिक

वर्ष- १५, अङ्क-१४, २०८३ कात्तिक ५ गते विहीबार, 22 Oct 2026, नेपाल सम्वत्-११४६ पृष्ठ-६, मूल्य रु. ५/-

५० प्रतिशतले घटे भक्तजन

○ सहीखबर संवाददाता

चितवन । चाडपर्व नजिकीएसँगै धार्मिक पर्यटकीय गन्तव्यमा चाप घटेको छ । नवलपरासी (बर्दघाट सुस्ता पूर्व) को गैँडाकोटस्थित मौलाकालिका मन्दिर मा दशैंका बेला दर्शन गर्न आउने भक्तजनको संख्यामा ५० प्रतिशतले कमी आएको बताइएको छ ।

एकातिर दशैमा घर फर्कनेहरु बढेका छन् भने अर्कोतिर देशका विभिन्न ठाउँमा आएको बाढीपहिरो र विषम परिस्थितिका कारण यहाँका पर्यटक तथा भक्तजनहरु घटेको मन्दिर व्यवस्थापन समितिले जनाएको छ ।

मौलाकालिका मन्दिर व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष खगेन्द्रदास कँडेल (खगराज) ले गत वर्षको तुलनामा यस वर्ष भक्तजनको संख्या घटेको बताए । विगतका वर्षमा बिहान ४ बजेदेखि नै मन्दिरमा भक्तजनको चाप बढ्ने गरे पनि यस वर्ष त्यस्तो भीड नदेखिएको उनले बताए । 'देशको विषम परिस्थिति र बाढीपहिरोका कारण पनि भक्तजनको संख्या घटेको पाएका छौं। देश नै पीडामा रहेको अवस्थामा त्यसको प्रभाव धार्मिक क्षेत्रमा पनि परेको छ । विगतमा आउने भक्तजनको तुलनामा यस वर्ष करिब ५० प्रतिशत मात्रै आएको अनुमान छ', उनले भने ।

दशैंको सप्तमी, अष्टमी र महानवमीमा मौलाकालिका मन्दिरमा भक्तजनको घुइँचो लाग्ने गर्छ । विगतका वर्षमा पूजा गर्न लामो समय लाइनमा बस्नुपर्ने भए पनि यस वर्ष त्यस्तो अवस्था नरहेको मन्दिर व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष कंडेलले जानकारी दिए । विशेषगरी अष्टमीसम्म आइपुग्दा भक्तजनको चाप अपेक्षाकृत कम देखिएको हो । भक्तजनको चाप घटेपनि मन्दिर मा आउने दर्शनार्थीलाई सहज रूपमा पूजा गर्ने व्यवस्था मिलाइएको छ ।



धार्मिक सेवा समिति मौलाकालिकाले पूजा छिटोछरितो बनाउन ब्राह्मण पुजारी थप गरेको छ । ज्येष्ठ नागरिक तथा अपाङ्गता भएका व्यक्तिलाई प्राथमिकता दिँदै छुट्टै व्यवस्थापन गरिएको उनले जानकारी दिए । मन्दिर परिसरको सीमित क्षेत्रलाई ध्यानमा राखेर शान्तिसुरक्षाको व्यवस्था पनि मिलाइएको समितिले जनाएको छ ।

मौलाकालिका मन्दिरमा दर्शन गर्न पैदलमार्ग, मोटरबाटो र केबलकार बाट पुग्न सकिन्छ । सडक र केबलकार को सुविधा विस्तार भएपछि भक्तजनलाई मन्दिरसम्म पुग्न सहज भएको छ ।

करिब पाँच सय वर्षअघि तत्कालीन पाल्पा राज्यका सैनिक टोलीले मौला स्थापना गरी शक्तिपीठका रूपमा पूजा गर्न थालेकाले मन्दिरको नाम मौलाकालिका रहन गएको जनश्रुति छ । पछिल्लो दुई दशकयता मन्दिरमा भौतिक पूर्वाधार विकाससँगै भक्तजनको आकर्षण बढ्दै गएको हो । मौलाकालिका मन्दिरमा दर्शन तथा पूजा गरे मनोकामना पूरा हुने जनविश्वास छ । मन्दिरमा भक्तजनको व्यवस्थापनका लागि सुरक्षा, आर्थिक तथा व्यवस्थापनलगायत विभिन्न समिति गठन गरिएको छ । दशैंका बेला आउने भक्तजनलाई व्यवस्थित रूपमा दर्शन तथा पूजाको व्यवस्था मिलाउन समितिले विशेष तयारी गर्दै आएको छ ।

एनपीएल तेस्रो संस्करणमा डीआरएस प्रयोग

मकवानपुर । नेपाल प्रिमियर लिग (एनपीएल) को तेस्रो संस्करणमा डिसिजन रिभ्यू सिस्टम (डीआरएस) प्रयोग गरिने भएको छ । नेपाल क्रिकेट संघ (क्यान) ले प्रेस विज्ञप्ति जारी गर्दै प्रतियोगितामा उक्त प्रविधि लागु गर्ने जनाएको हो ।

क्यानका अनुसार एनपीएल २०२६ को सबै खेलमा 'डीआरएस' प्रविधिको प्रयोग गरिनेछ । 'डीआरएस'को प्रयोगले खेल प्रतियोगिताका क्रममा मैदानमा खटिने 'अम्पायर'बाट हुने निर्णयलाई चुनौती दिन टोलीलाई अवसर दिनेछ ।

'अम्पायर'को निर्णयप्रति असहमति जनाउने टोलीले मागदाबीसहित सम्बन्धित 'फुटेज' हेर्न सक्ने छ ।

'डीआरएस' को व्यवस्थासँगै खेल समय पनि परिवर्तन गरिएको क्यानले जनाएको छ । पछिल्लो पटक सार्वजनिक गरिएको संशोधित तालिकाअनुसार दैनिक दुई खेल हुने दिन पहिलो खेल दिउँसो १२:३० बजे र दोस्रो खेल साँझ ५:०० बजे सुरु हुनेछ । एक खेल हुने दिन भने खेल साँझ ५:०० बजे सुरु हुने क्यानले जनाएको छ । प्रतियोगिता यही कात्तिक ९ गतेदेखि कीर्तिपुरस्थित त्रिवि अन्तरराष्ट्रिय क्रिकेट मैदानमा सुरु हुनेछ ।

इन्साइड ---- स्टोरी

बुबा, त्यो अर्को दशैं कहिल्यै आएन

लोग्सरी कुँवर

विचार : पेज २ मा

पिङ संस्कृति जोगाउन स्थानीय सरकार

पेज ३ मा



वडा दशैंको शुभकामना



नेपालीहरूको महान पर्व शुभ विजया दशमीको अवसरमा हाम्रा पाठक वर्गहरू, विज्ञापनदाताहरू, स्तम्भकारहरू, शुभचिन्तकहरूलगायत आमनेपालीहरूमा सुख, शान्ति,समृद्धि तथा उत्तरोत्तर प्रगतिको हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं।

सहीखबर

साप्ताहिक परिवार

आफ्नो घर, आँगन तथा टोल स्वच्छ र सफा राखौं सभ्य नागरिकको परिचय दिऔं

● हाम्रो वरपरको वातावरण सरसफाई राखौं। स्वच्छ वातावरणमा बाचौ र रमाऔं । <u>बातावरण सफा राख्न:</u>

☞ सार्वजनिक स्थानहरू सफा राख्नुहोस्, फोहोर उचित ठाउँमा फाल्नुहोस् ।

☞ वातावरण संरक्षणमा ध्यान दिनुहोस्, पुन: प्रयोग र रिसाइक्लिङलाई प्राथमिकता दिनुहोस् ।

<u>सरसफाइका फाइदाहरू</u>

● रोग र संक्रमणबाट बच्न सकिन्छ,
● शारीरिक र मानसिक स्वास्थ्य सुधार हुन्छ,
● आत्मविश्वास बढ्छ,
● समाजमा सकारात्मक छवि निर्माण हुन्छ,
● नयाँ पुस्ताले सकारात्मक ज्ञान आर्जन गर्न सक्नेछन्,
● व्यक्ति र समाजको सभ्य पहिचान/परिचय बन्दछ ।

११ नम्बर वडा कार्यालय

हेटौंडा उपमहानगरपालिका

जि.प्र.का.मकवानपुर दर्ता नं. ११९/२०६९/०७०

प्रकाशक/सम्पादक :- सरिता दाहाल
मुख्य कार्यालय :- हेटौंडा-५ मकवानपुर
सम्पर्क :- ९८४५४६१३३३
इमेल :- saheekhabar333@gmail.com
कम्प्युटर सेटिङः *सहीखबर साप्ताहिक* डेक्स
हेटौंडा-५, मकवानपुर
छापाखाना :- श्रीया अपसेट प्रेस,हेटौंडा ५

सम्पादकीय

जोखिम होइन चाडपर्वमा खुसी बढाऔं,

आज वडा दशैंको दोस्रो दिन अर्थात एकादशी । आज पनि मान्यजनबाट टीका र आर्शिवाद ग्रहण गरिदैछ । चाडपर्व नेपाली समाजको सांस्कृतिक पहिचान, पारिवारिक एकता र सामाजिक सद्भावका प्रतीक हुन्। दशैं, तिहार, छठलगायतका पर्वले परिवारका सदस्य तथा आफन्तबीच भेटघाट, आत्मीयता र खुसी साटासाट गर्ने अवसर प्रदान गर्छन्। तर, चाडपर्वको यही उल्लासका बीच जुवातास, मादक पदार्थ सेवन गरी सवारी चलाउने प्रवृत्ति र लापरबाहीले निम्त्याउने दुर्घटनाले पर्वको खुसीलाई दु:खमा बदल्ने गरेका छन्। त्यसैले चाडपर्व मनाउँदा मनोरञ्जनसँगै जिम्मेवारी र सावधानीलाई पनि उत्तिकै महत्व दिन आवश्यक छ।

मनोरञ्जनका रुपमा सुरू भएको खेल कतिपय अवस्थामा आर्थिक लेनदेन, हारजितको तनाव, पारिवारिक कलह र ऋणको बोझसम्म पुग्छ। छिट्टै धनी बन्ने लोभ र हारेको रकम फिर्ता पाउने आशाले मानिसलाई थप जोखिममा धकेल्छ। चाडपर्वको खुसीलाई पैसाको हारजितसँग जोड्नु दुखद हुन्छ । जुवातासबाट टाढा रहँदै परिवारसँग समय बिताउने, सांस्कृतिक गतिविधिमा सहभागी हुने र सामाजिक सद्भाव बढाउने कदमले खुसी बढाउँछ । जुवाजन्य गतिविधि नियन्त्रण गर्नु राज्यको दायित्व हो भने त्यसबाट टाढा रहनु नागरिकको पनि जिम्मेवारी हो।

अर्कोतर्फ, चाडपर्वमा सवारीसाधनको चाप बढ्ने भएकाले सडक सुरक्षामा विशेष ध्यान दिनुपर्छ। तीव्र गति, मादक पदार्थ सेवन गरेर सवारी चलाउने, क्षमताभन्दा बढी यात्रु बोक्ने, ट्राफिक नियम उल्लङ्घन गर्ने र लामो दूरीको यात्रा गर्दा पर्याप्त विश्राम नलिने प्रवृत्तिले दुर्घटनाको जोखिम बढाउँछ। चाडपर्वको वास्तविक खुसी महँगो भोज, तडकभडक वा जुवाको हारजितमा होइन, सुरक्षित यात्रा, स्वस्थ परिवार र शान्तिपूर्ण समाजमा निहित छ। यसपालिको चाडपर्वलाई जुवातास तथा मदक पदार्थरहित, सडक अनुशासन पालना गर्ने पर्व बनाऔं ।

बुबा, त्यो अर्को दशैं कहिल्यै आएन



२०७६ साल असोज १७ गते (अक्टोबर ४, २०१९) । शुक्ल पक्ष, षष्ठी तिथि । कहिल्यै नबिर्सने दिन । कहिल्यै मीठो नलाग्ने मिति । मेरो जीवनको सबैभन्दा प्रिय मान्छे, मेरो आदर्श, मेरो बुबा (नरबहादुर कुँवर) मबाट भौतिक रुपमा सदाका लागि टाढिनुभएको दिन ।

त्यस दिनदेखि समय बितिरहेको छ । पात्रोका पानाहरु फेरिएका छन् । वर्षहरु थपिएका छन् । दशैंहरु आएका छन्, गएका छन् । तर मेरो मनको एउटा कुनामा समय त्यही दिन आएर रोकिएको छ, जुन दिन मैले आफ्नो जीवनको सबैभन्दा प्रिय मान्छे गुमाएँ । सात वर्ष बितिसक्दा पनि बुबालाई गुमाएको पीडा पुरानो भएको छैन । बरू हरेक वर्ष दशैं नजिकिँदै जाँदा त्यो घाउ झन् ताजा भएर बल्झिन थाल्छ ।

अरुका लागि दशैं उमङ्ग, उत्साह, भेटघाट र आशीर्वादको पर्व होला । तर मेरा लागि बुबाको सम्झना, अधुरा रहर र कहिल्यै पूरा नहुने पछुतो बोकेर आउने कठिन समय बनिदिन्छ । दशैंको मिति नजिकिँदै जाँदा बुबाको सम्झनाले झक्कानो छुट्न थाल्छ । आफन्त, नातागोता र साथीसङ्गी दशैंको तयारीमा जुटिरहँदा म मने जीवनभर नबिर्सने पीडा दिएर गएको त्यही दशैंको तिथिलाई दु:खको उत्सव र पछुतोको पर्वका रुपमा सम्झन पुग्छु ।

बुबा जानुभएपछि कुनै दशैं पनि दशैंजस्तो लागेन मलाई । न पहिलेको जस्तो खुसी आयो, न चाडपर्वले मन छुन सके । घरमा टीका लाग्छ, जमरा राखिन्छ, छोराछोरी रमाउँछन् । आफन्तहरु भेटिन्छन् । उनीहरुको खुसीका लागि म पनि आफूलाई सम्हाल्छु । मन नलागे पनि दशैं मनाउनुपर्ने बाध्यता छ । तर बाहिर जति नै सामान्य देखिए पनि भित्र एउटा खाली ठाउँ रहिरहन्छ, जहाँ हरेक दशैंमा बुबाको अभाव आएर दुसुक्क बसिदिन्छ । त्यो ठाउँ न कसैको मायाले भरिन्छ, न कसैको निमन्त्रणाले, न कसैको आशीर्वादले ।

किनकि मेरो दशैंको सबैभन्दा सुन्दर हिस्सा त बुबासँगै बितेर गयो, जसलाई संसारका कुनै पनि महँगा र महत्वपूर्ण चिजले खरिद गर्न सक्दिनँ म ।

बुबाले टीका लगाइदिँदाको त्यो क्षण सम्झिन्छु । निधारमा हात राखेर मेरा सपना र रहर बुझ्दै, मेरो भविष्यको कामना गर्दै लय मिलाएर आशीर्वाद दिने त्यो पल । आहा ! उहाँका शब्दहरुमा कति माया, विश्वास र आत्मीयता हुन्थ्यो । म के बन्न चाहन्छु, जीवनमा के गर्न चाहन्छु भन्ने कुरामा उहाँको आफ्नै चासो, विश्वास र समर्थन थियो । उहाँको आशीर्वादमा सुखी र खुसी हुनु भन्ने कामना मात्रै हुँदैनथ्यो, मेरा सपना पूरा होऊन् भन्ने गहिरो विश्वास पनि हुन्थ्यो । बुबासँग जोडिएका मेरा सम्झना टीका र दशैंमा मात्रै सीमित छैनन् । तर उहाँको जीवनको अन्तिम समय र त्यससँग जोडिएको मेरो पछुतोले ती सम्झनालाई आज झन् पीडादायी बनाइदिएको छ ।

२०७६ सालको घटस्थापनाको छैटौं दिन । मेरो छोरो सागर सम्राट जन्मिएको दुई महिना दस दिन मात्रै पुगेको थियो । अपरेसनको घाउ निको हुन कम्तीमा ९० दिन लाग्छ भन्ने चिकित्सकको सुझाव थियो । अलिकति जोरले उठ्दा, हिँड्दा वा हाँस्दा पनि अपरेसनका टाँका दुख्छन् कि भन्ने छुट्टै पीर थियो । पेटमा पटुका कसेर, हातमा सानो छोरो च्यापेर म काठमाडौंबाट जहाजको बाटो दशैं मनाउन इटहरी पुगेकी थिएँ । मेरो मनमा छोरोको पहिलो दशैं मनाउन घर पुग्ने हतारोभन्दा पनि अस्पतालको बेडमा बुबासँग गरेको कुराकानी घुमिरहेको थियो। 'बुबाहजुर, म भोलि घर जान्छु। दशमीको दिन फर्किहाल्छु । हजुर चिन्ता नगर्नेला' भन्दा उहाँले सकिनसकी आँखा खोलेर 'हुन्छ' भन्नुभएको थियो ।

मलाई बुबाप्रति कस्तो अति नै आत्मविश्वास थियो । मेरो जीवनको सत्य र अन्तिम निर्णय नै बुबाहजुर हुनुहुन्थ्यो । दु:ख, झमेलामा उहाँको हौसला र निर्णय लिन नसकेको बेला उहाँले सुझाएको बाटो नै मेरो अन्तिम निर्णय हुन्थ्यो । अझै दसपन्ध्र वर्ष त उहाँलाई केही हुँदैन भन्ने लाग्थ्यो । जीवनभर बिरामी भएर थला परेको उहाँलाई कहिल्यै देखेकी थिइनँ । यो बिरामी पनि जसोतसो जित्नुहुन्छ भन्ने भरोसा थियो । त्यसैले आईसीयूमा उहाँको हातमा ढोगेर पाँच दिनमा फर्किहाल्ने वाचा गर्दै उहाँलाई आमाको जिम्मा लगाएर म घर हिँडेकी थिएँ ।

मेडिसिटी र मेडिकल कलेजको उपचार चित्त नबुझेपछि अन्तिम आशामा उहाँलाई टिचिङ अस्पताल पुऱ्याएका थियौं । उहाँ अलिअलि बोल्नुहुन्थ्यो । औषधि खानका लागि झोलिलो कुरा दुईचार चम्चा खानुहुन्थ्यो । कहिले दूलो दाइले भनेको मान्नुहुन्थ्यो, कहिले मेरो कुरा सुन्नुहुन्थ्यो । अरुले भन्दा उल्टै रिसाउनुहुन्थ्यो ।

जीवनभर दूलो स्वरमा नबोल्ने, रिसाएर कसैसँग कुरा नगर्ने मेरा बुबा अस्पतालको बसाइबाट आजित भइसक्नुभएको थियो । नर्स देख्नासाथ कुदलाजस्तो गर्नुहुन्थ्यो । शान्त, संयमी र सहनशील जीवन बिताउनुभएका बुबालाई पीडाले कति बदलिदिएको थियो ! आज पनि त्यो अवस्था सम्झिँदा मन भारी हुन्छ ।

आईसीयूमा म पुगेपछि 'बुबाहजुर' भन्नेबित्तिकै उहाँ आँखा खोल्नुहुन्थ्यो । कसैले भनेको पनि नमान्दा आमाले मलाई बोलाउनुहुन्थ्यो र मबाट खाना खुवाउन भन्नुहुन्थ्यो । म सुत्केरी भएको १६ दिनमा बुबाको उपचारका लागि आमा काठमाडौं पुग्नुभएको थियो । धनगढीमा रहँदा बिरामीको अन्तिम समयमा काठमाडौं जाने र मसँग बसेर उपचार गर्ने भन्नुहुन्थ्यो रे । फोनमा पनि मसँग काठमाडौं आउँछु भन्नुहुन्थ्यो ।

धनगढीबाट हाँसीखुसी मकहाँ पुग्नुभएको थियो । बुबाआमा र हामी आमा छोरा एउटै कोठामा सुत्यौं, जसरी म धनगढी हुँदा बुबाआमाकै कोठामा निदाउँथें । राती अबेरसम्म वा बुबालाई निन्द्रा नलागेको बेलासम्म हामी गफिन्थ्यौं । धनगढीमा गर्मी छ, अब यतै बस्छु भन्नुहुन्थ्यो बुबाले । मेडिसिटी अस्पतालमा मुटुको अपरेसन हुनुभन्दा ६ महिना अघि बुबालाई ब्रेन ह्यामरेज भएर काठमाडौंकै ब्लू क्रस अस्पतालमा उपचारपछि धनगढी लगेका थियौं । त्यसपछि उहाँमा बिस्तारै मुटुको समस्या देखिदा पेशमेकर राखियो । त्यही क्रममा आन्द्रामा समस्या हुँदा मेडिसीटीमा आन्द्रा काढेर फालियो । आईसीयूमा रहँदा उहाँ बोल्न सक्ने अवस्थामा हुनुभयो । त्यही बेला पछुतो मान्दै भन्नुभयो, "तेरा लागि मैले केही गर्न सकिनँ ।"अस्पतालको बेडमा थलिनुभएको बुबाको मुखबाट त्यो कुरा सुन्दा मेरो मन चिरियो । मुटु नै छियाछिया भयो ।

'बुबाहजुर ! हजुरले मेरा लागि केही गर्न सकिनँ भनिरहिन्छ, तर हजुरले मलाई जीवन दिनुभयो, संस्कार दिनुभयो, इमानदार भएर बाँच्न सिकाउनुभयो । हजुरले दिनुभएको माया, भरोसा र आशीर्वादभन्दा दूलो सम्पत्ति अरु के हुन सक्छ र ?' मैले भनेँ । यति भन्दै गर्दा म सम्हालिन सकिनँ । म रोएँ । म रोएको देखेपछि उहाँले बल्लतल्ल सकिनसकी भन्नुभयो, 'न रो ।'

उहाँका आँखामा पनि आँसु टिलपिलाइरहेका थिए । किन हो कुन्नि, बुबाले पहिल्यैदेखि मलाई निकै माया गर्नुहुन्थ्यो । माया मात्रै होइन, ममाथि भरोसा पनि गर्नुहुन्थ्यो । उहाँको त्यो पछुतो हटाउन सकूँ भन्ने लाग्यो । मैले आफूलाई सम्हाल्दै भनेँ, "म पूर्ण छु, बुबा । मलाई के अभाव छ र ? मैले दु:ख गरेकी छु, दु:ख गर्न सक्छु । इमानको जीवन बिताएकी छु । काठमाडौं बसेकी छु । हजुरको इज्जत जाने कुनै काम गरेकी छैनँ,

फेरि पनि गर्दिनँ । मेरो चिन्ता नलिनुस्यो हजुर ।" मैले यति भनेपछि बुबाको अनुहार अलिकति उज्यालो भएजस्तो लाग्यो । उहाँका आँखामा क्षणभरका लागि सन्तोष देखेँ । सायद उहाँलाई लाग्यो छोरीले आफूलाई कमजोर ठानेकी छैन, जीवनसँग लड्न सक्छे । सायद आफूले पूरा गर्न नसकेको वाचाको पीडा पनि केही कम भएको भान भयो । आज सोच्दा लाग्छ, *बाँकी पेज ४ मा*

सहीखबर
www.saheekhabar.com
सहीवार्ता
२०८३ कात्तिक ५ गते विहीबार,
जि.प्र.का.मकवानपुर दर्ता नं. ११९/२०६९/०७०

पिङ संस्कृति जोगाउन स्थानीय सरकार र युवाको पहल

○ सहीखबर संवाददाता

मकवानपुर । दसैँ र तिहारको आगमनसँगै गाउँघरका चोक, चौतारा र खुला स्थानमा लिङ्गे पिङ हाल्ने र खेल्ने परम्परा नेपाली समाजको मौलिक पहिचानका रुपमा रहँदै आएको छ।

तर पछिल्लो समय आधुनिक मनोरञ्जनका साधनको बढ्दो प्रयोग र जनशक्तिको अभावका कारण पिङ संस्कृति हराउँदै जान थालेपछि यसको संरक्षण आवश्यक देखिएको छ।

मकवानपुरका गाउँ तथा हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको टोलटोमा पनि दसैँका बेला पिङ हाल्ने परम्परालाई निरन्तरता दिन स्थानीय सरकार, युवा क्लब र स्थानीय युवाको सक्रियता महत्त्वपूर्ण बनेको छ। नयाँ पुस्तालाई मौलिक संस्कृति र परम्परासँग जोड्न तथा चाडपर्वको रौनक बढाउन सार्वजनिक स्थानमा पिङ निर्माण र



संरक्षणका गतिविधिलाई प्रोत्साहन गरिएको मकवानपुरगढी ६ का युवा उद्धव उप्रेती बताउँछन् ।

मकवानपुरका गाउँ र शहरमा पिङ हाल्नका लागि स्थानीय सरकार अन्तरगतका वडा कार्यालयहरूले पनि सहयोग गर्दै आएका छन् । युवाहरू पनि यसमा तातेका छन् ।

विगतमा दसैँ सुरू भएसँगै गाउँघरका चोक, बस्ती र खुला ठाउँमा लिङ्गे पिङ हाल्ने चटारो हुन्थ्यो। बाबियो वा अन्य सामग्रीबाट लट्ठा तयार पारेर बनाइने पिङमा बालबालिकादेखि वृद्धवृद्धासम्म रमाउने गर्थे। दसैँमा पिङ खेलेर भुइँ छोड्नुपर्छ भन्ने मान्यताले पनि यस परम्परालाई विशेष महत्व दिएको थियो।

तर समयसँगै मनोरञ्जनका माध्यम परिवर्तन भएका छन्। मोबाइल फोन, इन्टरनेट र डिजिटल खेलप्रतिको आकर्षण बढ्दै जाँदा परम्परागत खेलप्रति नयाँ पुस्ताको रूचि घट्ने जोखिम बढेको छ। अर्कोतर्फ, पिङ निर्माणका लागि आवश्यक सामग्री जुटाउन र त्यसमा काम गर्न सक्ने जनशक्ति पाउन पनि कठिन हुँदै गएकोले पनि हेटौंडा ५ लठिनाथ मार्गमा पिङ हालिएको स्थानीय युवा बिमल थापा बताउँछन् ।

लिङ्गे पिङसँगै परम्परागत रोटे पिङसमेत संरक्षणको चुनौतीमा छन्। विशेषगरी रोटे पिङ निर्माणका लागि बलियो काठ, उपयुक्त स्थान, प्राविधिक सीप र पर्याप्त जनशक्ति आवश्यक पर्छ। त्यसैले यस्ता परम्परागत खेलको संरक्षणका लागि समुदायको सक्रियतासँगै स्थानीय सरकारको सहयोग पनि महत्वपूर्ण हुन्छ।

स्थानीय सरकारले युवा क्लब र समुदायसँग समन्वय गरेर पिङ निर्माणका लागि आवश्यक सहयोग, सुरक्षित स्थानको व्यवस्थापन र सांस्कृतिक गतिविधिलाई प्रोत्साहन गर्न सके परम्परालाई निरन्तरता दिन सहज हुनेछ। युवा क्लबले पनि स्थानीय स्रोतसाधन परिचालन गरेर पिङ निर्माण, संरक्षण र सांस्कृतिक कार्यक्रम सञ्चालन गर्न सक्छन्।

पिङ केवल मनोरञ्जनको साधन मात्र होइन, यो नेपाली समाजको मौलिक संस्कृति, सामुदायिक एकता र पुस्तान्तरणसँग जोडिएको परम्परा पनि हो। त्यसैले यसको संरक्षणलाई चाडपर्वमा रमाइलो गर्ने माध्यमका रुपमा मात्र नभई सांस्कृतिक सम्पदा जोगाउने अभियानका रुपमा अघि बढाउन आवश्यक छ।

मौलिक संस्कृति र परम्परालाई नयाँ पुस्तासम्म हस्तान्तरण गर्न सके मात्रै दसैँसँग जोडिएको पिङको रौनक आगामी पुस्तासम्म कायम राख्न सकिनेछ।

● समयमा कर तिरौं, ● पानी खेर नफालौ,
● वातावरणीय सरसफाइमा ध्यान दिऔं,
● हरियाली प्रवर्द्धन गरौं,
● सवारी चलाउँदा मोवाइलको प्रयोग नगरौ,
● बाटो काट्दा पैदलयात्रुलाई प्राथमिकता दिने गरौं ।
लोकहितको लागि सहीखबर

मकवानपुरे फुटबल प्रशिक्षक लामाको नेतृत्वमा नेपाली टोली अजरबैजान प्रस्थान



○ सहीखबर संवाददाता

मकवानपुर । मकवानपुरका फुटबल प्रशिक्षक भीम लामा फिफा यू १५ विश्वकप तथा फुटबल महोत्सवमा सहभागी हुने नेपाली टोलीको प्रमुख प्रशिक्षकका रुपमा अजरबैजान प्रस्थान गरेका छन् ।

अजरबैजानको बाकुमा बिहीबारदेखि आयोजना हुने प्रतियोगितामा सहभागी हुन मकवानपुरका भीम लामाको नेतृत्वमा नेपाली टोली बुधबार बिहान त्यसतर्फ प्रस्थान गरेको हो । अखिल नेपाल फुटबल संघ (एन्फा) को बुधबार बसेको बैठकले हेटौंडा फुटबल एकेडेमीका संस्थापक अध्यक्ष तथा प्रशिक्षक लामालाई नेपाली टोलीको प्रमुख प्रशिक्षक नियुक्त गरेको थियो ।

एन्फा मकवानपुरको महिला टोलीका प्रमुख प्रशिक्षकसमेत रहेका लामासहित सहायक प्रशिक्षक हेम गुरूङ, पूर्वराष्ट्रिय गोलरक्षक तथा टोली व्यवस्थापक नवीन महर्जन र १४ खेलाडीसहित १९ सदस्यीय नेपाली टोली प्रतियोगितामा सहभागी हुँदैछ । नेपाली राष्ट्रिय टिमका पूर्वगोलरक्षक तथा टोलीका म्यानेजर नवीन महर्जनका अनुसार लामाले विगत ११ वर्षदेखि फुटबल क्षेत्रमा पुर्‍याएको योगदानको मूल्यांकन गर्दै उनलाई उक्त जिम्मेवारी दिइएको थियो । लामाले लामो समयदेखि ग्रासरूट फुटबलको विकास तथा नयाँ खेलाडी उत्पादनमा योगदान दिँदै आएका छन् ।

प्रतियोगितामा १९१ राष्ट्रको सहभागिता रहने टिम म्यानेजर महर्जनले बताए । समूह 'डी' मा रहेको नेपालले प्रतियोगितामा पाँच खेल खेल्नेछ । नेपालले पहिलो खेलमा दयुनिसियासँग प्रतिस्पर्धा गर्नेछ । युरोपेली टोलीका साथै ब्राजिल र एल साल्भाडोरजस्ता देशका खेलाडीहरुसँग प्रतिस्पर्धा गर्नु नेपाली टोलीका लागि चुनौतीपूर्ण हुने टोली म्यानेजर महर्जनले बताए । प्रशिक्षक लामाका अनुसार दयुनिसियाविरूद्धको खेलमा मने दुबै टोलीको जितको सम्भावना ५०/५० प्रतिशत रहेको छ । नेपाल पहिलोपटक यस विश्वकप फुटबल महोत्सवमा सहभागी हुन लागेको हो । प्रतियोगिता आठ खेलाडी सम्मिलित (८ ए साइड) प्रारुपमा सञ्चालन हुनेछ ।

राष्ट्रिय खेलकुद परिषद् (राखेप) ले बिहीबार प्रतियोगितामा सहभागी हुने नेपाली टोलीलाई बिदाइ गरेको छ । राखेपका उपाध्यक्ष तथा नेपाली फुटबल टोलीका पूर्वगोलरक्षक विशाल श्रेष्ठले राखेपको कार्यालयमा आयोजित कार्यक्रममा टोलीलाई बिदाइ गरेका हुन् । प्रतियोगिताका लागि मकवानपुरको बकैया गाउँपालिकाका सम्पर्पण विक र आरन नेगी पनि नेपाली टोलीमा छनोट भएका छन् ।

एन्फाले बन्द प्रशिक्षणका लागि बोलाएका ३० खेलाडीमध्ये उत्कृष्ट प्रदर्शनका आधारमा अन्तिम टोली छनोट गरेको थियो। यसअघि बन्द प्रशिक्षणमा परेका हेटौंडा १७ का विविधराज राई मने अन्तिम टोलीमा पर्न सकेनन् । ललितपुरको सातदोबाटोस्थित एन्फा कम्प्लेक्समा दुई सातासम्म सञ्चालन भएको नियमित प्रशिक्षण तथा खेलाडीको प्रदर्शनका आधारमा छनोट गरिएको लामाले बताए ।

नेपाली राष्ट्रिय टोलीका टिम म्यानेजर महर्जन र एन्फाका टेक्निकल डाइरेक्टर हरि खड्काले खेलाडीको मूल्यांकन गरेका थिए ।

चाडपर्व राष्ट्रिय पहिचानका धरोहर: थापा

मकवानपुर । बागमती प्रदेशका मुख्यमन्त्री किरण थापा मगरले नेपालीका चाडपर्व राष्ट्रिय पहिचानका धरोहर भएको बताएका छन्।

विजयादशमीका अवसरमा बुधबार शुभकामना सन्देश दिँदै उनले चाडपर्वहरु धार्मिक तथा सांस्कृतिक आस्था मात्र नभई सामाजिक सद्भाव, आपसी एकता, पारिवारिक सामीप्यता एवं राष्ट्रिय पहिचानका धरोहर भएको बताए।

विविध जातजाति, भाषा, धर्म, संस्कृति र परम्परागत पर्वहरुले आपसी भाइचारा, सहिष्णुता, सद्भाव र एकताको भावना सुदृढ बनाउँदै आएको उनले बताए। यी पर्वहरुले समाजमा प्रेम, सहयोग, सद्भाव र सहअस्तित्वको भावना अभिवृद्धि गर्दै समुन्नत तथा समावेशी समाज निर्माणका लागि प्रेरणा प्रदान गर्ने सन्देशमा भनिएको छ।

यस वर्षका चाडपर्व मनाइरहँदा प्राकृतिक विपद्का कारण उत्पन्न पीडा र कठिनाइलाई पनि आफूहरूले गम्भीरतापूर्वक स्मरण गर्नुपरेको उल्लेख गर्दै मुख्यमन्त्री थापाले विशेषगरी मोटेकोसी तथा बूढीगण्डकीमा आएको बाढीका कारण नागरिकहरुको पीडाले सबैलाई मर्महित बनाएको बताए।

विपद्बाट प्रभावित सम्पूर्ण नागरिकप्रति ऐक्यबद्धता व्यक्त गर्दै उहाँले प्रभावितहरुको जीवन सामान्य अवस्थामा फर्काउन प्रदेश सरकारले काम गरिरहेको बताए।

प्रदेश सरकार विपद् प्रभावित नागरिकको उद्धार, राहत, पुनःस्थापना तथा पुनर्निर्माणका कार्यलाई प्राथमिकताका साथ अघि बढाउन प्रतिबद्ध रहेको सन्देशमा भनिएको छ।

सहीरबर

समाचार

२०८३ कात्तिक ५ गते विहीबार,
जि.प्र.का.मकवानपुर दर्ता नं. ११९/२०६९/०७०

बुबा, त्यो अर्को दशैँ ...

पेज २ को बाँकी

बुबाहजुर, हजुरले मेरा लागि केही गर्न सकिनँ भन्नुहुन्थ्यो, तर हजुरले त मेरो जीवनको आधार नै बनाउनुभएको थियो । आत्मसम्मानका साथ बाँच्ने कला, आफ्नै खुट्टामा उभिन सक्ने साहस, दु:खसँग नडराउने शक्ति र इमानको बाटोमा हिँड्ने अठोट दिनुभयो । हजुरले दिनुभएको यही सम्पत्तिका कारण त आज म आफूलाई पूर्ण छु भन्न सकिरहेकी छु ।

आज दशैँ आउँछ । निधारमा टीका लाग्छ । अरुले आशीर्वाद दिन्छन् । तर बुबा, हजुरले निधार मा हात राखेर मेरा सपना सम्झिँदै लय मिलाएर दिनुहुने त्यो लामो आशीर्वाद अब कहाँ पाउनु ? हजुर को हातको स्पर्श, आवाज र शब्दहरु सम्झिँदा मनमा सम्झनाका तरेलीहरु आउँछन् । छटपटी हुन्छ । लाग्छ, जीवनमा फेरि एकपटक त्यही क्षण फर्केर आए कति सुन्दर हुन्थ्यो ! केही बेर भए पनि हजुर को अगाडि बसेर टीका थाप्न पाए, हजुरका कुरा सुन्न पाए, आ ना सपना र रहरहरु सुनाउन पाए ! तर अब त्यो सम्भव छैन । यही सत्यले मनलाई हरेकपटक चिरिरहन्छ, बुबाहजुर ।

त्यसमाथि अर्को पीडा छ, जसले बुबालाई गुमाएको दु:खमाथि पछुतोको अर्को भारी थपिदिएको छ । बुबा जीवित छँदै मैले उहाँको हातको टीका थाप्ने अवसर किन जोगाउन सकिनँ ? श्रम गरेर खानुपर्ने बाध्यता पनि कस्तो हुँदोरहेछ ! नियमित आम्दानी हुने कुनै ठाउँ नभएको मान्छेलाई काम गर्दागर्दै समय बितेको पनि पत्तै नहुँदो रहेछ । आज काम गरौँ, भोलि भेटौँला । अहिले व्यस्त छु, पछि समय मिलाउँला । अहिले जिम्मेवारी पूरा गरौँ, अर्कोपटक भेटौँला । अर्को दशैँमा जाउँला, अर्को वर्ष सँगै बसौँला ।

यस्तै सोच्दासोच्दै जीवनका अमूल्य क्षणहरु हातबाट फुत्किँदै जाने रहेछन् । अभावका हिसाबकिताब मिलाउँदामिलाउँदै, अलि राम्रो समयको प्रतीक्षा गर्दागर्दै, सम्बन्धहरु मिलाउन खोज्दाखोज्दै आफ्ना प्रियजनका लागि समय छुट्याउने बिर्सिने रहेछ मान्छे त । हामीलाई लाग्छ, अहिले दु:ख गरौँ, भोलि अलि सहज भएपछि आफ्ना लागि समय निकालौँला । अहिले काम सकौँ, पछि बुबाआमासँग बसेर मनभरिका कुरा गरौँला । अर्को दशैँमा सँगै बसेर टीका थापौँला । तर हामीले सोचेजस्तो भविष्य सधैँ हाम्रो प्रतीक्षामा हुँदैन रहेछ । पछि गरौँला भनेर थाती राखेका कतिपय कुरा जीवनमा फेरि कहिल्यै गर्न नपाइने रहेछ ।

बुबाहजुर, मलाई के थाहा, 'अर्को दशैँमा भेटौँला' भन्ने मेरो सोचाइ नै एक दिन जीवनकै सबैभन्दा ठूलो भ्रम र भूल बन्नेछ भनेर ! बिहेपछिका कुनै पनि दशैँमा म बुबाआमाको हातको टीका लगाउन जान सकिनँ । लामो दूरीको यात्रा थियो । परिवारकी जेठी बुहारी भएकाले वर्षमा एकपटक आउने चाडपर्वका बेला माइत जाँदा अलि सुहाउँदैन कि भन्ने पीर । त्यही पीरले दशैँमा माइत जाने इच्छा कहिल्यै व्यक्त गर्न सकिनँ । मनमा रहर नभएको होइन, तर ओठमा शब्द कहिल्यै आएनन् ।

सायद म सोच्थेँ अर्को वर्ष जाउँला । अर्कोपटक समय मिलाउँला । अहिले नगए पनि पछि त जान सकिन्छ । बुबाआमा यहीँ हुनुहुन्छ, अर्को दशैँ पनि आउँछ, अवसर फेरि पाइहालिन्छ ।

तर आज फर्केर हेर्दा आफैँलाई प्रश्न गर्छु म कतिसम्म मूर्ख र अज्ञानी रहेछु ! अरुको मन नदुखाउने बहानामा आफ्नै जीवनको सबैभन्दा अमूल्य सम्बन्धसँग जोडिएको खुसीलाई किन यति सजिलै पछाडि सार्न सकेँ ? परिवारलाई नमिठो लाग्ला भन्ने डरले आफ्नै बुबाआमासँग टीका थाप्ने इच्छा व्यक्त गर्न नसक्ने म कस्ती छोरी थिएँ ? म एक्लै भए पनि किन गइनँ ? कसैलाई नराम्रो लाग्ला कि भनेर आफ्नो रहर मार्नुभन्दा बुबाआमाको आशीर्वादलाई प्राथमिकता किन दिन सकिनँ ? किन जान सकिनँ म ? किन भन्न सकिनँ ? मेरो बुद्धि त्यतिबेला कहाँ हराएको थियो होला ?

आज यी प्रश्नहरुले मलाई मित्रमित्रै पोलिरहन्छन् । आफैँसँग रिस उठ्छ । आफूले समयमै बुझ्न नसकेका कुराहरुको मूल्य आज बुझ्दै छु । तर यो बुझाइले मलाई राहत दिँदैन, झन् धेरै पछुतो दिन्छ । किनकि अब त्यो गल्ती सच्याउने न त समय छ, न त मेरो गल्तीको फैसला गर्ने कुनै अदालत । अहिले मसँग छ त केवल मेरो मनको आफ्नै अदालत, जहाँ म आफैँ प्रतिपक्षीको वकिल बनेर आफनै कठघरामा उभिन्छु । आफैँलाई प्रश्न गर्छु, आफैँलाई धिक्कार्छु र हरेकपटक एउटै प्रश्नमा आएर रोकिन्छु'तँ कस्ती छोरी होस्, बुबासँग बिताउन पाएको समयको महत्व उहाँ हुँदा बुझ्किनस् र आज उहाँलाई सम्झेर पछुताउनुबाहेक केही गर्न सक्दिनस् ?'

बुबा फर्केर आउनुहुन्न । उहाँको हात फेरि मेरो निधारमा पर्नेछैन । मेरा सपना बुझेर, मेरो भविष्यको कामना गर्दै आशीर्वाद दिने ती ओठ फेरि खुल्नेछैनन् । अब म जति पछुताए पनि, जति रोए पनि, त्यो अवसर फर्केर आउनेछैन । सायद यही नै जीवनको सबैभन्दा कठोर सत्य हो केही गल्ती सच्याउन समय मिल्छ, केही अवसर फेरि आउँछन्, तर केही छुटेका क्षणहरु जीवनभरका लागि छुट्छन् । तिनलाई सम्झिएर रून सकिन्छ, तिनको अभाव महसुस गर्न सकिन्छ, तिनका लागि मनमनै माफी माग्न सकिन्छ, तर ती क्षण फेरि जिउन सकिँदैन ।

कहिलेकाहीँ सोच्दछु, मैले बुबालाई माया नगरेकी कहाँ हो र ! उहाँ त मेरो आदर्श हुनुहुन्थ्यो । जसलाई मैले खोज्नै पर्दैनथ्यो । मैले फोन नगर्दा आफै फोन गर्नुहुन्थ्यो । जोसँग म हरेस खाँदा, कुनै लडाइँ लड्नु पर्दा, पुरस्कार पाउँदा, यात्रा तय गर्दा खुशी र दु:ख साँट्थेँ । तर म जीवनका बाध्यतासँग जुध्न विवश थिएँ ।

श्रम गरेर खानुपर्ने थियो, जिम्मेवारी पूरा गर्नुपर्ने थियो, परिवारका सम्बन्धहरु मिलाउनुपर्ने थिए । राम्रो समय आएपछि सबै कुरा गरौँला, बुबाआमालाई किनमेल गरौँला, कतै घुमाउँला भन्ने सोचाइ थियो । तर त्यही र ाम्रो समयको प्रतीक्षामा कति सुन्दर क्षणहरु गुमाएँ, त्यसको हिसाब आज मसँग छैन ।

हामी पैसा कमाउन दौडिन्थ्यौँ, अभाव हटाउन दौडिन्थ्यौँ, भविष्य सुरक्षित बनाउन दौडिन्थ्यौँ । तर जीवनलाई सहज बनाउने प्रयासमा जीवनलाई नै सुन्दर बनाउने मान्छेहरुका लागि समय निकाल्न बिर्सिनेरहेछौँ । जसले हामीलाई सबैभन्दा धेरै माया गर्छन्, हाम्रो दु:खमा सबैभन्दा धेरै चिन्ता गर्छन् र हाम्रो सानो सफलतामा सबैभन्दा धेरै खुसी हुन्छन्, हामीले तिनै मान्छेसँग केही क्षण बिताउन पनि भोलिको प्रतीक्षा गरिरहन्थ्यौँ । कति मुर्ख छौँ हामी ।

अनि अन्ततः एक दिन उनीहरु नै रहँदैनन् । त्यसपछि न भेट्ने अर्को अवसर बाँकी रहन्छ, न मनभरिका कुरा सुनाउने समय । न निधारमा हात राखेर आशीर्वाद दिने मान्छे रहन्छन्, न आफ्ना सपना सुनाएर उहाँको अनुहारमा खुसी देख्ने अवसर । बाँकी रहन्छन् त केवल सम्झनाहरु, अधुरा रहरहरु र समयमै गर्न नसकेका कुराहरुको अनगिन्ती पछुतो । बुबाहजुर, हजुर फर्केर नआउने गरी जानुभएको सात वर्ष भयो । तर मेरा लागि यो सात वर्ष होइन, सात दशकजस्तो भएको छ । हजुरलाई गुमाएको पीडा र हजुरको हातको टीका थाप्न नपाएको पछुतोले जिन्दगी असाध्यै लामो बनाइदिएको छ ।

तर अब 'काश' भनेर के गर्नु ? बुबा गुमाएको पीडा त छँदै छ, त्यसमाथि उहाँ छँदै पनि मैले त्यो अमूल्य अवसरको महत्व बुझ्न नसकेको पछुतोले झन् पोलिरहन्छ । जीवन चलाउन श्रम गर्नैपर्छ, अभावसँग लड्नैपर्छ । तर जीवन चलाउने चक्करमा जीवनलाई नै अर्थ दिने मान्छेहरुका लागि समय दिन बिर्सनु कति महँगो भूल गरेछु मैले । पैसा फेरि कमाउन सकिन्छ, अभाव पूरा गर्न सकिन्छ, बिग्रिएका कतिपय सम्बन्ध सुधार्न सकिन्छ । तर बितेको समय र गुमाइसकेका प्रियजनहरु कहिल्यै फर्केर नआउने रहेछन् । र आज बुझ्दै छु जीवनमा के कमाइयो भन्नेभन्दा पनि जीवन छँदै आफ्ना प्रियजनसँग कति समय बिताइयो भन्ने कुरा नै अन्तिममा सबैभन्दा महत्वपूर्ण रहेछ ।

त्यो दशैँ । म इटहरी घर पुगेको चौथो दिन, फूलपातीको अघिल्लो बिहान मामाको नाति निराजनको फोन आयो । उसको फोनले म झस्किएँ । हतारहतार 'हेल्लो' भनेँ । उसले मलिन स्वर मा भन्यो, "फुपू, बाजे त...।" उसको वाक्य पूरा हुन नपाउँदै मेरो मनले अनिष्टको आभास पाइसकेको थियो । त्यसपछिका शब्दहरु सुन्नुअघि नै म मित्रैदेखि चिसिएँ ।

छोरालाई बोकेर काठमाडौँ हुँदै भोलिपल्ट बिहान धनगढी पुगेँ । घरको आँगनमा मान्छेहरुको भीड थियो । सबैजना मलाई नै पर्खिरहेका थिए । तर मेरा बुबा पहेँलो रङको रामदानी ओढेर, माला लगाएर आँगनमा निश्चल सुतिरहनुभएको थियो । जुन आँगनमा बुबालाई आफन्त र छिमेकीसँग हाँस्दै, हुक्का तान्दै, मीठा गफ गरिरहेको देख्ने गर्थे, त्यही आँगनमा उहाँलाई त्यसरी निश्चल देख्नुपर्ला भन्ने मैले कहिल्यै सोचेकी थिइनँ । घर पुग्दा सधैँ भेटिने बुबा यसपटक सधैँका लागि बिदा भइसक्नुभएको थियो । मलाई डाको छोडेर घन्टौँ रून मन थियो । बुबालाई अँगालो हालेर उठाउन मन थियो । एकपटक आँखा खोलेर मलाई हेर्नुहोस् भन्न मन थियो । तर मसँग न बुबालाई उठाउने सामर्थ्य थियो, न आफ्नो पीडा पोख्ने स्वतन्त्रता । मुटु फुट्लाजस्तो हुन्थ्यो, पेटका ढाँकाहरु ठनठन दुख्थे । म आँसु पुछ्थेँ, आफूलाई सम्हाल्थेँ र फेरि बुबालाई हेर्थे ।

सायद, त्यतिबेला पनि मेरो मनले उहाँलाई गुमाइसकेको सत्य स्वीकार गर्न सकेको थिएन । उहाँ कतिबेला जुरूक्क उठ्नुहुन्छ र मलाई हेर्नुहुन्छ जस्तो लागिरहथ्यो । मलामी गएकाहरू कपाल खौरिएर फर्किरहेका थिए । तर म भने कतैबाट बुबा पनि चिताबाट जुरूक्क उठर म जीवितै छु है भन्नुहुन्छ कि भनेर बाटो हेर्न मन लाग्थ्यो । अन्ततः तीनैजना दाइहरू समेत बेलुकापख सेतो लुगामा घर पुगेपछि त्यो पर्खाइ कम हुँदै गयो । आज सम्झन्छु, बुबा जीवित छँदा उहाँसँग बिताउनुपर्ने कति समय मैले अरु कुराका लागि छुट्याएँ । कतिपटक 'पछि भेटौँला' भनेर मन बुझाएँ । कतिपटक अर्को अवसर आउँछ भन्ने विश्वासमा आजलाई टारिदिएँ । मलाई के थाहा, मैले सामान्य ठानेका ती दिनहरु नै कुनै दिन जीवनका सबैभन्दा अमूल्य दिन बन्नेछन् भनेर ! मलाई के थाहा, मैले पछि भेट्ने आशा गरेको मान्छेलाई एक दिन अन्तिमपटक हेर्नसमेत यसरी छटपटाउनुपर्नेछ भनेर ! पत्रकारिता गर्दा म धेरैको मलामी गएँ । कतिपय अवस्थामा म एक्ली महिला मलामी पनि बनेँ । अरुका दु:खमा साथ दिन सकेँ, अरुका प्रियजनलाई अन्तिम बिदाइ गर्न पुगेँ । तर आफ्नै बुबाको मलामी जाने हिम्मत मसँग भएन । म मेरो कायरता प्रकट गर्न विवश भएँ ।

मैले साथी बसन्तीलगायत भदैहरुलाई मलामी जान भनेँ, तर आफू जान सकिनँ । किनकि बुबालाई अग्निमा समर्पित गरेको दृश्य हेर्ने कल्पनाले नै म मित्रमित्रै गलिसकेकी थिएँ । त्यो दिन म केवल बुबाको मलामी जानबाट रोकिएकी थिइनँ, आफ्नै मनसँग पनि हारिरहेकी थिएँ । अरुका लागि अन्तिम बिदाइ सहज बनाउने म आफ्नै बुबालाई अन्तिम बिदाइ गर्ने साहस जुटाउन सकिनँ । आज त्यो क्षण सम्झँदा लाग्छ, काश ! मैले आफूलाई सम्हाल्न सकेकी भए, उहाँको अन्तिम यात्रामा सँगै हिँड्ने हिम्मत जुटाएकी भए ! कम्तीमा आज सम्झनाका नाममा एउटा सान्त्वना त हुन्थ्यो ।

तर पछुतोको सबैभन्दा ठूलो सजाय यही रहेछ बितेको समय फर्काउन सकिँदैन, छुटेको साथ फेरि दिन सकिँदैन र अन्तिम बिदाइमा अधुरो रहेको मनलाई कुनै बहानाले शान्त पार्न सकिँदैन । बुबाहजुर, हजुर जीवित छँदा हजुरलाई दिनुपर्ने समय दिन सकिनँ । हजुरको अन्तिम यात्रामा पनि सँगै हिँड्न सकिनँ, यो कायर छोरी ! कहिलेकाहीँ लाग्छ, बुबा, हजुरलाई गुमाउनु मेरो भाग्यमा लेखिएको दु:ख थियो होला, तर हजुर हुँदा हजुरका लागि पर्याप्त समय छुट्याउन नसक्नु मेरो जीवनभरको पछुतो बन्यो । हजुरलाई फर्काउन नसक्ने सत्यभन्दा पनि, हजुर हुँदा गर्न सक्ने कुर हरु नगरेको सम्झनाले मलाई बढी पोल्छ, बुबाहजुर ।

हजुरलाई माया नगरेर होइन, बुबा । जीवनका बाध्यता र आफ्नै अज्ञानताबीच हजुरका लागि छुट्याउनुपर्ने समय छुट्याउन सकिनँ मैले । हजुरसँग बिताउनुपर्ने क्षणहरुलाई अर्को दिनका लागि सारिरहेँ । अर्को दशैँमा भेटौँला भनेर मन बुझाइरहेँ । तर मलाई के थाहा, त्यही 'अर्को दशैँ' मेरो जीवनको सबैभन्दा ठूलो भ्रम बन्नेछ भनेर !

आज दशैँ आउँदा निधारमा टीका लाग्नेछ, जमरा राखिनेछ, छोराछोरी रमाउनेछन् । संसार आफ्नै गतिमा चलिरहनेछ । तर मेरो मनको एउटा कुनामा हजुरको प्रतीक्षा कहिल्यै सकिनेछैन । त्यहाँ हरेक दशैँमा हजुरको हातको टीका थाप्न नपाएकी एउटी छोरी बसिरहनेछे । आफ्नै निर्णय सम्झेर पछुताइरहनेछे । आफूले गुमाएको अवसरको मूल्य आँसुमा तौलिरहनेछे ।

बुबा, अर्को दशैँमा भेटौँला भन्ने मेरो भ्रमले आज जीवनभरको पछुतो दिएको छ । हजुर फर्केर आउनुहुन्न । त्यो दशैँ फर्केर आउँदैन । अनि हजुरको हातबाट टीका थाप्ने मेरो अधुरो रहर अब कहिल्यै पूरा हुँदैन । बुबा, हजुरलाई गुमाएको सात वर्ष भयो । तर हजुरको हातबाट टीका थाप्न नपाएको पछुतोमा त्यो दिन आज पनि हिजो मात्रैको घटना हो ।

मलाई माफ गर्नुहोला, बुबा । हजुरलाई माया नगरेर होइन, हजुरसँग बिताउन पाएको समयको महत्व समयमै बुझ्न नसकेर आज यति धेरै पछुताइरहेकी छु । हजुरलाई फर्काउन सक्दिनँ, बितेको समय सच्याउन सक्दिनँ । तर हजुरले दिनुभएको माया, संस्कार र आशीर्वादलाई जीवनभर बोकेर हिँड्नेछु । काश ! समय एकपटक मात्रै पछाडि फर्किन्थ्यो । म सबै कुरा छाडेर हजुरको छेउमा पुग्थेँ । हजुरको हात समातेर, निधारमा टीका थापेर, मनभरिका कुरा सुनाउँदै भन्थेँ 'बुबा, म आएँ । यसपालिको दशैँ हजुरसँगै मनाउँछु ।'

तर अब त्यो सम्भव छैन । बुबा, दशैँ त फेरि फेरि आइरहनेछ । तर हजुरको हातको टीका थाप्ने त्यो एउटा अवसर अब कहिल्यै फर्केर आउनेछैन । अनि म ? म हरेक दशैँमा हजुरलाई सम्झेर यही प्रश्नसँग बाँचिरहनेछु बुबा, अर्को दशैँमा भेटौँला भन्ने मेरो भ्रमले हजुरलाई त फर्काउन सकेन, तर मलाई भने जीवनभरका लागि पछुतोको कठघरामा उभ्याइरहेको ।

रातोपाटीबाट

विपद्को समयमा पर्न सक्ने मानसिक असरको न्यूनीकरण गरौं

- विपद्को समयमा डर, तनाव, चिन्ता, दु:ख तथा असहज महसुस हुनु स्वाभाविक हो,
- आफन्त, साथीभाइ तथा समुदायसँग खुलेर कुराकानी गरौं,
- सुरक्षित स्थानमा बसौं, आफू र परिवारको सुरक्षालाई प्राथमिकता दिऔं,
- बालबालिका, ज्येष्ठ नागरिक तथा असहाय व्यक्तिलाई विशेष साथ, सहयोग र भरोसा दिने गरौं,
- नियमित खानपान, पर्याप्त आराम, निद्रा तथा दैनिक गतिविधिलाई सकेसम्म निरन्तरता दिने गरौं,
- विपद्को समयमा अफवाहमा विश्वास नगरी विश्वसनीय स्रोतबाट मात्र सूचना लिने गरौं,
- अत्यधिक तनाव, डर वा मानसिक असहजता रहिरहेमा स्वास्थ्यकर्मीसँग परामर्श लिऔं ।

विपद्को समयमा एक-आपसमा मनोबल बढाऔ, मानसिक स्वास्थ्य जोगाऔं ।

१५ नम्बर वडा कार्यालय

हेटौंडा उपमहानगरपालिका

चाडपर्व मनाऔं: सामाजिक सद्भाव कायम राखौं

- आ-आफ्ना धर्म, संस्कृति, परम्परा र मौलिकताको सम्मान गर्दै चाडपर्व मनाऔं,
- चाडपर्वका अवसरमा परिवार, आफन्त र समुदायबीच प्रेम, सद्भाव र भाइचारा बढाऔं,
- धार्मिक तथा सांस्कृतिक विविधतालाई साझा सम्पत्तिका रूपमा सम्मान गरौं,
- चाडपर्वका नाममा हुने भेदभाव, वैमनस्यता, झै-झगडा र हिंसाबाट टाढा रहौं,
- सामाजिक सञ्जालमा घृणा, अफवाह तथा विभाजनकारी सामग्री फैलाउने कार्य नगरौं,
- मितव्ययी, सुरक्षित र सभ्य ढंगले आपसी सम्मान र सद्भावकासाथ चाडपर्व मनाऔं ।

चाडपर्वको खुसी बाँडौं, सामाजिक सद्भाव र राष्ट्रिय एकता बलियो बनाऔं ।

५ नम्बर वडा कार्यालय

हेटौंडा उपमहानगरपालिका

धर्म, संस्कृति र परम्परालाई सम्मान गरौ

- चाडपर्व मनाउँदा अनावश्यक तडक भडक नगरौं,
- चाडपर्व सभ्य, शिष्ट र मर्यादित रूपमा मनाऔं,
- धार्मिक, सांस्कृतिक संस्कारलाई निरन्तरता दिऔं,
- एक अर्काको चाडपर्वप्रति सम्मान गरौं ।
- सामाजिक सद्भाव र सहिष्णुता कायम गरौ ।

नेपालीहरूको महान पर्व वडा दशैं, शुभ दीपावली, नेपाल संवत तथा छठ पर्वको अवसरमा यस वडावासीलगायत सम्पूर्ण नेपालीहरूमा हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।

७ नम्बर वडा कार्यालय

हेटौंडा उपमहानगरपालिका, मकवानपुर

शान्तिपूर्ण समाज निर्माण गरौं

- शान्ति, सहिष्णुता र भाइचाराको भावना विकास गरौं,
- मतभेदलाई संवाद, सहकार्य र समझदारीबाट समाधान गरौं,
- जाति, धर्म, भाषा, संस्कृति तथा विचारका आधारमा हुने विभेद अन्त्य गरौं,
- बालबालिका, महिला तथा कमजोर वर्गको अधिकार र सुरक्षाको सम्मान गरौं,
- हिंसा, द्वन्द्व, घृणा र वैमनस्यको अन्त्यका लागि योगदान दिऔं,
- सामाजिक तथा सांस्कृतिक विविधताको सम्मान गर्दै सद्भाव कायम राखौं,
- परिवार, विद्यालय र समुदायमा शान्ति र अहिंसाको संस्कार विकास गरौं ।
- विश्व शान्ति र मानवताको संरक्षणमा आफ्नो भूमिका निर्वाह गरौं ।

४ नम्बर वडा कार्यालय

हेटौंडा उपमहानगरपालिका

चाडपर्व विशेष सुरक्षा योजना लागू

मकवानपुर । दशैं, तिहार तथा छठ पर्वलाई लक्षित गर्दै जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरले विशेष सुरक्षा योजना लागू गरेको छ । चाडपर्वका समयमा हुन सक्ने आपराधिक गतिविधि नियन्त्रण, सवारी दुर्घटना न्यूनीकरण र यात्रुको सुरक्षालाई ध्यानमा राख्दै जिल्लाभर ७१३ जना प्रहरी परिचालन गरिने भएको छ । प्रहरी उपरीक्षक (एसपी) श्यामबहादुर खत्रीले चाडपर्व लक्षित सुरक्षा योजनाबारे जानकारी दिएका हुन् ।

प्रहरीले चाडपर्वका समयमा हुन सक्ने चोरी, लुटपाट, ठगी, अनलाइन ठगी, हत्या, हिंसा, गुण्डागर्दी तथा जुवातास र लट्ठुरबुर्जाजस्ता गतिविधि नियन्त्रणलाई प्राथमिकतामा राखेको जनाएको छ । यसका लागि नियमित तथा विशेष गस्ती, सादा पोसाकमा प्रहरी परिचालन र संवेदनशील क्षेत्रमा निगरानी बढाइनेछ । त्यस्तै, बजारमा अखाद्य तथा म्याद गुज्रिएका वस्तुको बिक्रीवितरण नियन्त्रण गर्न सम्बन्धित निकायसँग समन्वय गरी अनुगमन गरिनेछ। धार्मिक तथा सांस्कृतिक स्थल, बजार क्षेत्र, बैंक तथा वित्तीय संस्था, सुनचाँदी पसल, बसपार्क र बढी भीडभाड हुने स्थानमा सुरक्षा व्यवस्था कडा पारिने प्रहरीले जनाएको छ ।

चाडपर्वका बेला हुने सवारी दुर्घटना न्यूनीकरण तथा यात्रुको सहजताका लागि हेटौंडा–भीमफेदी–काठमाडौं चल्ने यात्रुवाहक सवारी साधनमा ठाडम कार्ड लागू गरिने भएको छ । यात्रुको गुनासो तथा समस्या सम्बोधन गर्न हेटौंडाको रातोमाटे, बसपार्क, फापरबारी बसपार्क, थानाभ्याङ, लोकप्रिय मोडस्थित सुमो काउन्टर तथा मनहरी र भीमफेदीमा ट्राफिक प्रहरीसहितको यात्रु सहायता कक्ष स्थापना गरिएको छ। तोकिएभन्दा बढी भाडा असुल गर्ने सवारी साधनमाथि अनुगमन गरी कानुनी कारबाही गरिने प्रहरीले जनाएको छ । लामो दूरीका सवारी साधनमा अनिवार्य रुपमा दुई जना चालक भए/नभएको जाँच गरिनेछ । चालकलाई आराम गराउन रातोमाटे, बसपार्क र थानाभ्याङलगायत स्थानमा सवारी साधन रोक्ने व्यवस्था मिलाइएको छ । त्यसैगरी, चौकीटोल, रातोमाटे, थानाभ्याङ, भीमफेदी र थाहा नगरपालिकालगायत स्थानमा मादक पदार्थ तथा लागूपदार्थ सेवन गरी सवारी चलाउनेलाई नियन्त्रणमा लिन ट्राफिक प्रहरीसहितको टोलीले आकस्मिक जाँच गर्नेछ ।

सुरक्षा योजनाअन्तर्गत एसपीको नेतृत्वमा हातहतियारसहित १० जनाको विशेष कमान्ड पोस्ट स्थापना गरी तैनाथ गरिनेछ । प्रहरी निरीक्षकको कमान्डमा मातहतका कार्यालयसमेत समेटेर १०८ जनाको टोली कार्यालय सुरक्षामा परिचालन गरिने जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरले जनाएको छ ।चाडपर्वका समयमा हुन सक्ने सम्भावित विपद् व्यवस्थापन तथा नागरिक सचेतनामूलक कार्यक्रमलाई पनि सुरक्षा योजनामा समेटिएको छ ।प्रमुख जिल्ला अधिकारीको अध्यक्षतामा सुरक्षा निकाय तथा स्थानीय सरोकारवालासँग जिल्ला सुरक्षा समितिको बैठक बसेर छलफल तथा निर्णय गरेपछि एकीकृत सुरक्षा योजना लागू गरिएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरले जनाएको छ ।

पानीका स्रोतको संरक्षण गरौं

- वनसम्पदाको संरक्षण गरौं,
- खुला ठाउँमा वृक्षरोपण गरौं,
- इनार, कुवा, पोखरी, पानी पँधेरोजस्ता पानीका स्रोतको संरक्षण गरौं,
- भूमिगत पानीको दोहन नगरौं,
- पानीका स्रोतको संरक्षणवारे जनचेतना अभिवृद्धि गरौं,
- खोलानाला, पोखरी, ताल वरिपरि सफा र हराभरा राखौं ।

अध्यक्ष प्रताप विष्ट एवम्
हेटौंडा खानेपानी व्यवस्थापन बोर्ड
परिवार, हेटौंडा ।

डेंगीबाट बचौं र बचाऔं

लक्षण:
- ❖ जोर्नी र मांशपेशीहरुमा असह्य पीडा हुनु, आँखाको गेडी दुख्नु,
- ❖ अत्याधिक टाउको दुख्नु, उच्च ज्वरो आउनु,
- ❖ शरीरमा राता बिबिराहरु आउनु,
- ❖ वाकवाकी लाग्नु वा वान्ता हुनु ।

लामखुट्टेको टोकाईबाट डेंगी लाग्न सक्दछ, त्यसैले:
- ❖ लामखुट्टेबाट बच्न पूरै शरिर ढाक्ने लुगा लगाऔं,
- ❖ घर, कार्यस्थल र सार्वजनिक स्थानमा पानी जम्न नदिऔं,
- ❖ लामखुट्टेको टोकाईबाट बच्ने मलम लगाऔं,
- ❖ घरभित्र लामखुट्टे छिर्न नसक्ने गरी झ्याल ढोकामा जाली लगाऔं,
- ❖ सुत्ने बेलामा झुल लगाएर सुतौं,
- ❖ एयर कुलर, पानी ट्यांकी, गमलामा राखिएका प्लेटहरु समयसमयमा सफा गरौं,

"डेंगीको उपचार भन्दा रोकथाम नै सजिलो उपाय हो"

१३ नम्बर वडा कार्यालय
हेटौंडा उपमहानगरपालिका

जुवातास खेल्नु र खेलाउनु कानूनी अपराध हो

जुवातास खेले वा खेलाएमा, मुलुकी अपराध संहिता, २०७४ को दफा १२५ मा
- ❖ पहिलो पटक खेल्ने वा खेलाउनेलाई तीन महिनासम्म कैद वा तीस हजारसम्म जरिवाना,
- ❖ दोश्रो पटकमा एक वर्षसम्म कैद र पचास हजार रुपैंयासम्म जरिवाना,
- ❖ त्यसपछि हरेक पटक थप तीन महिनासम्म कैद र दश हजार रुपैंयासम्म जरिवाना,
- ❖ जुवा खेल्न प्रयोग भएको साधन, जुवाखालमा प्राप्त सम्पूर्ण चल अचल सम्पत्ति जफत हुनेलगायतका कानूनी व्यवस्था छ।



त्यसैले जुवातास नखेलौं-नखेलाऔं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

सरसफाई सम्बन्धि सूचना

- हाम्रो वरपरको वातावरण सरसफाई राखौं। स्वच्छ वातावरणमा बाचौ र रमाऔं । बातावरण सफा राख्न:
- ☞ सार्वजनिक स्थानहरू सफा राख्नुहोस्, फोहोर उचित ठाउँमा फाल्नुहोस् ।
- ☞ वातावरण संरक्षणमा ध्यान दिनुहोस्, पुन: प्रयोग र रिसाइक्लिङलाई प्राथमिकता दिनुहोस् ।

सरसफाइका फाइदाहरू
- रोग र संक्रमणबाट बच्न सकिन्छ,
- शारीरिक र मानसिक स्वास्थ्य सुधार हुन्छ,
- आत्मविश्वास बढ्छ,
- समाजमा सकारात्मक छवि निर्माण हुन्छ,
- नयाँ पुस्ताले सकारात्मक ज्ञान आर्जन गर्न सक्नेछन्,
- व्यक्ति र समाजको सभ्य पहिचान/परिचय बन्दछ ।

१० नम्बर वडा कार्यालय
हेटौंडा उपमहानगरपालिका