मोफसलमा सर्वाधिक बिक्री हुने
नेपाल सरकारद्वारा निरन्तर राष्ट्रियस्तरको ‘क’ वर्गमा सूचीकृत

ग्राहक महानुभावमा अनुरोध
- यहाँहरुको घरमा नियमित पत्रिका नआएमा
- समयमै पत्रिका प्राप्त नभएमा
- ग्राहक बन्नु परेमा
- विज्ञापन दिनु परेमा

मेचीकाली सन्देश राष्ट्रिय दैनिक
बुटवल, ९, मिलनचोक, रुपन्देही
फोन: ०७१, ५३६००५

राष्ट्रिय दैनिक
मेचीकाली सन्देश
Mechikali Sandesh National Daily

- अनलाइन माध्यमबाट भुक्तानी वा रकम स्थानान्तरण गर्दा सम्भव भएसम्म सार्वजनिक स्थानका नि:शुल्क वाईफाई प्रयोग नगरौं
- अनलाइन भुक्तानी गर्दा प्रयोग हुने ओटिपि/पासवर्ड अरुलाई शेयर नगरौं
- सुरक्षित रुपमा वित्तीय कारोबार गरौं

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

वर्ष-२६ | अंक-२३ | २०८२ पुस २२ गते मंगलबार | 6 Jan.- 2026 Tuesday | पृष्ठ ४ | मूल्य रु. ६।-

राष्ट्रिय सभामा मिलेर जाने तीन दलको साझेदारी

बुटवल, पुस २१ (मेसस) । नेपाली कांग्रेस र नेकपा एमालेले राष्ट्रियसभामा तालमेल गरेर उम्मेदवारी दिने समझदारी गरेका छन् । यो समझदारीलाई अन्तिम रूप दिन सोमबार राती दुई पार्टीका शीर्ष तहका नेता छलफलमा जुट्न लागेको नेकपा एमालेका सचिव महेश बस्नेतले जानकारी दिए । नेता बस्नेतका अनुसार सोमबार बिहान कांग्रेस र एमालेबिच छलफल भएको थियो । त्यस छलफलमा सिट बाँडफाँट गरेर जाने समझदारी भएको उनले बताए । ‘राष्ट्रियसभा निर्वाचनमा कांग्रेस-एमाले मिलेर जाने समझदारी यसअघि नै थियो । आधाआधा सिट (९-९) बाँड्ने सहमति भएको हो । आइतबार नेपाली कम्युनिस्ट पार्टी (नेकपा) का संयोजक पुष्पकमल दाहाल ‘प्रचण्ड’ सँगको भेटपछि मधेसवादी दलसहित सबै पार्टी मिलेर जाऔं भन्ने कुरा भएको छ,’ उनले भने,‘टुंगो लागिसकेको छैन । सोमबार बेलुका सहमति गरेर भोलि सचिवालय बैठकमा प्रस्ताव गर्ने तयारी छ ।’ एमालेले मंगलबार बिहान ९ बजे सचिवालय बैठक बोलाएको छ । त्यसअघि नै दुई पार्टीबीच सहमतिको टुंगो लाग्ने छ । राष्ट्रियसभाको रिक्त १९ स्थान मध्ये १८ सिटका लागि माघ ११ गते निर्वाचन हुँदैछ । त्यसका लागि पुस २३ गते (बुधबार) नै उम्मेदवारी दर्ता गर्नुपर्ने छ । रिक्तमध्ये एक स्थान चाहिँ मन्त्रिपरिषद्को सिफारिसमा राष्ट्रपतिबाट मनोनीत हुने कोटा हो । निर्वाचन हुने १८ मध्ये ७ स्थान नेपाली कांग्रेसले लिने, एमालेले ६ स्थान लिने, नेपाली कम्युनिस्ट पार्टीलाई ४ र मधेसवादी दल (जनता समाजवादी पार्टी नेपाल) लाई एक स्थान छाड्ने गरी छलफल अघि बढेको छ । सम्भवतः यही सिट संख्यामा सहमति जुट्ने छ । जनता समाजवादी पार्टी, नेपालले पनि औपचारिकरूपमै तालमेलको प्रस्ताव गरेको छ । एमाले सचिव राजन भट्टराईले पनि राष्ट्रियसभामा तालमेल गर्ने समझदारी भएको बताए । उनले पनि सहमति भने हुन बाँकी रहेको जानकारी दिए ।

सचिव बस्नेतका अनुसार सोमबार बेलुकी कांग्रेसका तर्फबाट कार्यबाहक सभापति पूर्णबहादुर खड्का, नेता रमेश लेखक र कृष्ण सिटौला, एमालेका तर्फबाट अध्यक्ष केपी शर्मा ओली, महासचिव शंकर पोखरेललगायत बिच छलफल हुने तय भएको छ । यसैबीच कांग्रेस केन्द्रीय कार्यसम्पादन समिति बैठकमा संविधान बनाउने र रक्षा गर्ने शक्तिहरू मिल्नेबारे छलफल चलिरहेको ब्रिफिङ भएको छ । कार्यबाहक सभापति पूर्णबहादुर खड्काले चार दलबिच सहकार्यको ब्रिफिङ गरेका हुन् । उनले नेपाली कांग्रेस, नेकपा एमाले, नेपाली कम्युनिस्ट पार्टी र जनता समाजवादी पार्टी नेपालबिच राष्ट्रियसभा निर्वाचनमा सहकार्य गरेर जाने विषयमा नेताहरूबिच छलफल भइरहेको बताएका थिए ।

केन्द्रीय कार्यसम्पादन समितिका सदस्य रमेश लेखकका अनुसार सोमबार बिहान कार्यवाहक सभापति पूर्णबहादुर खड्का र नेकपा एमालेका अध्यक्ष केपी शर्मा ओलीबिच भेटवार्ता भएको थियो । उक्त भेटवार्तामा संविधान बनाउने र जोगाउने पक्ष सहकार्य गर्ने विषयमा कुराकानी भएको थियो ।’ सोमबार बिहान म र कार्यबाहक सभापति नेकपा एमालेका अध्यक्ष केपी शर्मा ओलीलाई भेट्न गुण्डु पुगेका थियौं, संविधान बनाउने र जोगाउने शक्तिहरूबिच सहकार्य गर्ने कुरा भएको छ,’ उनले भने,‘साँझ फेरि उहाँसँग हामी छलफल गर्छौं ।’ नेताहरूका अनुसार नेपाली कांग्रेसले कम्तीमा ६ सिट र बढीमा ८ सिट पाउने गरी दाबी गरिरहेको छ ।

इशान शर्मा मृत्यु प्रकरण

२० दिनदेखि शव अस्पतालमै

बुटवल, पुस २१ (मेसस) । रूपन्देहीको कञ्चन गाउँपालिकाका १७ वर्षीय इशान शर्माको शव लुम्बिनी प्रादेशिक अस्पतालको शव गृहमा रहेको २० दिन पुग्यो ।

रूपन्देही प्रहरीले इशानको मृत्यु गाडीको ठक्करबाट भएको भनेको छ तर इशानको परिवारले भने इशानको हत्या भएको दाबी गर्दै आएको छ ।

इशानलाई ठक्कर दिने गाडी, त्यसका चालक र गाडी भगाउन सहयोग गर्ने व्यक्तिलाई समेत पक्राउ गरी प्रहरीले घटनाको अनुसन्धान गरिरहेको छ । तर आफन्त र परिवारले हत्या भएको भन्ने दाबी नछाडेपछि घटना थप पेचिलो बनेको छ ।

कञ्चन गाउँपालिका-३ धौलागिरि टोलका इशान गत पुस २ गते विद्यालयमा तेक्वान्दो सिकाएर घर फर्किएका थिए ।

घर फर्किएपछि उनी साँझ साढे ५ बजेतिर साथीहरूसँग जिम जाने भन्दै घरबाट थकाली चोकतिर गएका थिए । त्यसपछि साँझ करिब साढे ७ बजे इशान रूद्रपुरकै सुनगाभा चोकबाट साथीसँग बिदा भएर हातमा जुत्ता लिएर घरतर्फ हिँडेको सिसिटिभी फुटेजमा देखिएको छ । साथीहरूसँग घर जाने भन्दै बिदा भएका इशान रातभर घर फर्किएनन ।

घर परिवारले साथीहरूको घरमै बसेको अनुमान गर्दै त्यो रात खोजी गरेनन् । भोलिपल्ट पुस ३ गते बिहान पनि इशान घर फर्किएनन् । इशान दिउँसो स्कुलसमेत नगएपछि बल्ल परिवारले उनको खोजी सुरू गरेको थियो । खोजी गर्दै जाँदा उनी पुस ३ गते घर नजिकैको नालीमा चोटपटक लागेको अवस्थामा फेला

परेका थिए । इशानको शव पुस ३ गते बिहीबार घर नजिकैको नालीमा चोटपटक लागेको अवस्थामा भेटिएको थियो । प्रहरीले इशानलाई आफन्तहरूको समेत उपस्थितिमा नालीबाट निकालेर लुम्बिनी प्रादेशिक अस्पताल बुटवल ल्याएपछि चिकित्सकले मृत्यु भएको घोषणा गरेका थिए ।

देब्रे खुट्टा भाँच्चिएको, टाउकोको पछाडि गम्भीर चोट र आँखाको नानीमा पनि गम्भीर चोट भेटिएकाले परिवार र आफन्तले उनको मृत्यु नभई हत्या भएको आशंका गर्दै आएका छन् । मृतकका बुवा, आमा र स्थानीय संघर्ष समितिले यसलाई नियोजित हत्या भनिरहेका छन् ।

रूपन्देही प्रहरीले भने घटना र घटनापछिको विवरणका आधारमा अनुसन्धान गर्दा हत्या भएको कुनै आधार नदेखिएको जनाएको छ । जिल्ला प्रहरी कार्यालय रूपन्देहीका अनुसार लु २ ख ४९४८ नम्बरको फोर्स गाडीले ठक्कर दिएर इशानको मृत्यु भएको अनुसन्धानमा देखिएको छ ।

इलाका प्रहरी कार्यालय बुटवलले पत्रकार सम्मेलन नै गरी इशानलाई ठक्कर दिने गाडी, चालक र अन्य २ जनालाई पक्राउ गरी अनुसन्धान गरिरहेको जनाएको छ ।

इलाका प्रहरी कार्यालय बुटवल प्रमुख प्रहरी नायब उपरीक्षक इन्द्र रानाले घटनास्थलको प्रकृति र घटनास्थल वरपरका सिसिटिभी फुटेजको आधारमा इशानलाई लु २ ख ४९४८ नम्बरको गाडीलाई ठक्कर दिएर फरार भएको र गाडीले ठक्कर दिएपछि उनी उछिट्टिएर नालीमा खस्न पुग्दा मृत्यु भएको बताएका छन् ।

कारको ठक्करबाट ट्राफिक प्रहरीको मृत्यु

बुटवल, पुस २१ (मेसस) । बुटवलमा कारको ठक्करबाट ड्युटीमा खटिएका ट्राफिक प्रहरीको मृत्यु भएको छ । सोमबार दिउसो करिब ४ बजेतिर पूर्व पश्चिम राजमार्ग अन्तर्गत बुटवल धागो कारखाना अगाडी पूर्वबाट बुटवलतर्फ आइरहेको बाग्मती प्रदेश ०१-०३३-च-००७१ नम्बरको कारले सडकमा सवारी चेकजाँचमा खटिएका प्रहरी सहायक हवलदार नागेश्वर पाललाई ठक्कर दिएको थियो । कारको ठक्करबाट टाउकोमा गम्भीर चोट लागेका पाललाई तत्काल उपचारका लागि लुम्बिनी प्रादेशिक अस्पतालमा लगिएकोमा चिकित्सकले ४ बजेर ३८ मिनेटमा मृत घोषणा गरेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय, रुपन्देहीका प्रवक्ता प्रहरी नायब उपरीक्षक सुरज कार्कीले जानकारी दिए ।

रुपन्देहीको कोटहीमाई गाउँपालिका-५ स्थायी घर भएका प्रहरी सहायक हवलदार पाल अर्घाखाँचीको खिदिममा दरबन्दी भई हाल अस्थायी ट्राफिक प्रहरी पोष्ट बुटवल रामनगरमा कार्यरत थिए ।

कारचालक गुल्मीको रेसुङ्गा नगरपालिका-१ का ५६ वर्षीय जितेन्द्र सिंह थापालाई नियन्त्रणमा लिएर घटनाबारे थप अनुसन्धान भइरहेको प्रहरीले जनाएको छ । उक्त कारले अनियन्त्रित भइ सोही स्थानमा रोकी राखेको म.प्र.०३-००१ क ३३१९ नम्बरको टिप्परलाई समेत ठक्कर दिएको थियो ।

बुद्ध जन्मस्मारक शिला:

मौन साक्षीले बोलिरहेको इतिहास

लुम्बिनी, पुस २१ । बुद्ध जन्मस्थल लुम्बिनीबारे धेरैलाई जानकारी छ तर बुद्ध जन्मविन्दुबारे भने धेरैलाई जानकारी नहुनसक्छ ।

यसबारे सदियौँदेखि थरीथरीका चर्चा हुँदै आए पनि प्रमाणित तथ्य भने अन्यौलमै थियो । यही अन्यौलका बिच सन् १९९६ फेब्रुअरी ४ अर्थात् विसं २०५२ माघ २१ मा एउटा प्रमाण फेला पर्‍यो, जसले हजारौं वर्षदेखिको अन्यौललाई चिरेको जानकारहरू बताउँछन् ।

सो दिन मायादेवी मन्दिरको गर्भमा भेटिएको एक ‘बलौटे ढुङ्गा’ लाई संसारसामु सार्वजनिक गरिएको थियो ।

तत्कालीन प्रधानमन्त्री शेरबहादुर देउवाद्वारा सार्वजनिक गरिएको त्यस प्रमाणले बुद्ध जन्मस्थलबारे विश्वभर चलिरहेका सबै प्राज्ञिक बहस र चर्चामा ‘पूर्णविराम’ लगाएको थियो ।

लुम्बिनी विकास कोष पुरातत्व महाशाखा प्रमुख हिमाल उप्रेतीका अनुसार सन् १९९२ देखि १९९५ सम्म लुम्बिनी विकास कोष, नेपाल सरकार पुरातत्व विभाग र जापान बुद्धिस्ट फेडरेसनले संयुक्त रूपमा उत्खनन गर्दा मन्दिरको जगमा एउटा भग्नावशेष भेटिएको थियो ।

१५ तहका ईँटाहरूको सुरक्षा घेरा (चेम्बर) भित्र त्यो प्राचीन ढुङ्गा विशेष रूपले सजाइएको अवस्थामा फेला परेको थियो । त्यही ढुङ्गालाई शाक्यमुनि बुद्धको जन्मस्थलबारे निर्विवाद ऐतिहासिक प्रमाणका रूपमा लिइएको छ ।

महाशाखा प्रमुख उप्रेतीले भने,‘यो ढुङ्गा ठ्याक्कै त्यही स्थानमा भेटिएको थियो, जसको

मुनि इसापूर्व छैटौं शताब्दीको काठको प्राचीन मन्दिरको अवशेष भेटिएको थियो । यसले बुद्धको समयदेखि नै यो स्थानलाई ‘पवित्र’ मानी पूजा गरिँदै आएको तथ्यलाई वैज्ञानिक रूपमै प्रमाणित गरिदियो ।’ उनका अनुसार अशोकस्तम्भको शिलालेखमा उल्लिखित ‘सिलाविगडाभिच’ शब्दले पनि यसै ‘जन्मस्मारक शिला’ लाई सङ्केत गरेको छ ।

यहाँ ७० सेन्टिमिटर लम्बाइ र ४० सेन्टिमिटर चौडाइ भएको ‘जन्मस्मारक शिला’ पाइएको थियो । लुम्बिनी र बुद्ध धम्मका अध्येता भोला गुप्ताले त्यसबारेका इतिहाससँग जोडिएको किंवदन्तीबारे भने,‘तत्कालीन लुम्बिनीका बासिन्दाले बुद्ध जन्मेको विन्दुमा राखेर त्यो ढुङ्गालाई पूजापाठ गर्दै आएका थिए ।

इसापूर्व २४९ मा सम्राट अशोकले सोही ढुङ्गालाई व्यवस्थित रूपमा स्थापना गरी आफूले समेत पूजापाठ गरेको इतिहास छ ।’ लुम्बिनी बचाऊ महाअभियानका संयोजक अकरम खाँनले यो शिला एउटा ढुङ्गा मात्र नभई लुम्बिनीको अस्तित्वको आधारका रूपमा रहेको बताए ।

उनले भने,‘इसापूर्व छैटौं शताब्दीमा मायादेवी मन्दिरभित्र बुद्धको जन्मस्थानमा स्थापित यो ऐतिहासिक बुद्ध जन्मस्मारक शिला नभेटिएको भए विश्वले अझै पनि बुद्धको जन्मविन्दु खोजिरहनुपर्ने अवस्था हुन्थ्यो । शिलाको अध्ययन र उत्खननले प्राचीन ग्रन्थहरूको व्याख्यालाई समेत बलियो आधार दिएको छ ।’ खाँनका अनुसार जन्मस्मारक शिला मुनिको माटो परीक्षण गर्दा त्यहाँ कुनै पनि मानवीय गतिविधिको अवशेष नभेटिएकाले सले प्राचीन ग्रन्थ ‘ललितविस्तर’ मा उल्लेख भएझैं लुम्बिनी एक शान्त, स्वच्छ तथा रमणीय ‘वाटिका’ नै थियो भन्ने कुरालाई वैज्ञानिक रूपमा पुष्टि गरिदिएको छ । यसबारे लुम्बिनीको पुरातात्विक उत्खननमा महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गरेका वरिष्ठ पुरातत्वविद् कोषप्रसाद आचार्यले चर्चा गरेका छन् ।

(बाँकी ४ पेजमा)▸▸

मेचीकाली
राष्ट्रिय दैनिक
Mechikali Sandesh National Daily

सम्पादकीय

कृषि उपज उत्पादनमा चासो बढाऔँ

हरिया धनियाँका पात, खुर्सानी, गुन्द्रुकदेखि आलुप्याजलगायतका हरिया र सुख्खा तरकारीसम्म आयात भइरहेको छ। खाद्यान्नको त कुरै नगरौं। आयातले नै मुलुकको गुजारा चलाउनुपर्ने अवस्था छ। यसलाई आजको भोलि नै हटाउन त सकिन्न तर प्रयास गरियो भने कम भने अवस्य गर्न सकिन्छ। अन्तरनिर्भर हुनेगरी कुनै न कुनै पालिकामा पकेट क्षेत्र निर्धारण गरेर उत्पादनका कामलाई बढाउन सकिन्छ। उत्पादनमा केन्द्रित हुने युवा शक्तिलाई विदेश जानबाट रोकेर यहीँ काममा लगाउन सकिन्छ। मुलुकको राजनीतिक अस्थिरता, अलमल, अराजकतालाई कम गर्न पनि युवालाई स्वदेशमै रोजगारीको प्रबन्ध गर्न जरुरी छ। कृषि क्षेत्रबाट व्यापक मात्रामा रोजगारी सिर्जना गर्न सकिन्छ।

गाउँमा खेतीयोग्य जमिन बाँझै रहेको छभने तराईमा खेतीयोग्य जमिनको खण्डीकरण भइरहेको छ। विभिन्न नाममा हुने जमिनको खण्डीकरणले खेतीयोग्य जमिन नासिँदै र मासिँदै गएपछि आयात बढिरहेको छ। यसले कृषि उत्पादनमा मात्र नभई भू-स्वरूप र परिस्थितिक प्रणालीमा नै प्रतिकुल असर पुऱ्याउने निश्चित छ। यसलाई रोक्न राज्यले प्रभावकारी कदम चाल्न जरुरी छ। हरियो धनियाँको पात र खुर्सानीसमेत आयात गरिरहेको अवस्था छ। एकातिर देशमा युवाहरु नहुनु, भएका युवाहरु पनि अल्छी हुनु र ज्येष्ठ नागरिकहरुले काम गर्न नसक्ने हुनुले समाजमा एक प्रकारको समस्या उत्पन्न गराएको छ। समाधानका लागि तीनै तहका सरकारले प्रभावकारी योजना बनाई कार्यान्वयन गर्नुपर्ने छ।

खेतीयोग्य जमिनको जथाभाबी खण्डीकरणलाई रोक्दै त्यसको संरक्षण गर्नेतर्फ प्रभावकारी काम अगाडि बढाउन जरुरी छ। यसप्रकारका प्रवृत्तिले निम्त्याउने विनाशले भोलि वातावरणीय र खाद्य सुरक्षाका सवालमा जटिलता उत्पन्न हुन सक्छ। भूमि तथा भूमि स्रोतको महत्व र उपयोगको लागि भूमिलाई कृषि क्षेत्र, आवासीय क्षेत्र, व्यवसायिक क्षेत्र, औद्योगिक क्षेत्र, वन क्षेत्र र सार्वजनिक उपयोगको क्षेत्रमा वर्गीकरण गरी तोकिएको वर्गीकरणको आधारमा मात्र भूमिको उपयोग गर्ने नीति बनाएर कार्यान्वयन गर्न जरुरी छ।

कृषि भूमिलाई बाँझो राख्ने प्रवृत्ति र उर्वर जग्गाको गैरकृषि प्रयोगलाई निरुत्साहित गर्ने व्यवस्था गरेकाले पनि यसको कार्यान्वयन जरुरी छ। भूमिहीन सुकुम्बासीको व्यवस्थापन गर्ने नाममा पनि जथाभावी भूमिको अतिक्रमण हुने खतरा छ। यसलाई पनि वैज्ञानिक तरिकाले समाधान गरिनुपर्छ। कृषिभूमिको चक्लाबन्दी तथा विकास निर्माणको लागि जग्गा प्राप्ति गर्न व्यवस्थित जग्गा एकीकरणको अवधारणालाई अवलम्बन गर्नुको साथै जग्गाको अनियन्त्रित खण्डीकरणलाई निरुत्साहित गर्न अब ढिलाई नहोस्। यसतर्फ तीनै तहका सरकारको यथाशीघ्र ध्यान जाओस्।

मेरो निद्रा

खुट्टाबाट सुरु भएको उपचार जब मस्तिष्कसम्म पुग्यो...

डी.आर.घिमिरे

निद्रा र मेरो सम्बन्ध बडो रोचक छ। जसबारे केही दिन पहिला सामाजिक सञ्जालमा एउटा स्टाटस पनि राखेको थिएँ। एक दिन डा.दिलजन मन्सुरको निद्रासम्बन्धी भिडियो पाएपछि आफ्नो पिडालाई स्मरण गर्दै पूरै सुनें। उनले डा.म्याथ्यु वाकरको विश्वप्रसिद्ध पुस्तक Why We Sleep (हामी किन सुत्छौं) नामक पुस्तकलाई उद्धृत गर्दै निद्राका आयामवारे चर्चा गर्दै थिए। उनको प्रस्तुतिले फेरि मलाई यसवारे तुलनात्मक अध्ययन गर्न मन लाग्यो। किनकि यो समस्या आम व्यक्तिमा रहेकोले कतिपय अनुभवलाई प्रस्तुत गर्दा अरु धेरैका लागि लाभदायक हुन पनि सक्छ।

निद्रा कस्तो हुनुपर्छ भन्यो भने प्रायःगहिरो भनेर भनिन्छ। निश्चयनै गहिरो निद्रा स्वास्थ्यका लागि अत्यावश्यक छ तर मेरो हकमा मलाई निद्रा त थियो तर गहिरो रहेनछ भन्ने कुरा थाहा पाउन मलाई तीन वर्षभन्दा बढी समय लाग्यो। अपवादमा त्यसबिचमा एकपटक १२ दिन मलाई निद्रा लागेको थिएन। जसका कारण मैले केही सास्ती बेहोर्नुपऱ्यो। अन्ततः एकजना आयुर्वेद चिकित्सक वीपी तिम्सिनाको सल्लाह नुसार राती सुत्नुअघि १५ मिनेट नुन पानीमा खुट्टा चोबेर तताउने र तत्पश्चात् मरिचको धुलो हाली एक गिलास दुध खाने गरेपछि मेरो निद्रा जाग्यो। स्मरणीय कुरा के हो भने पायल्स हुनेहरुको हकमा मरिच बर्जित मानिन्छ।

यसैबिच करिब तीन वर्षपछि मेरो टाउको अकस्मात् दुख्न थाल्यो। नेपालदेखि भारतका वरिष्ठ फिजिसियनदेखि न्युरोलोजिष्टसम्म सम्पर्क गरेँ। नेपालमा त हैन भारतीय चिकित्सकले माइग्रेनको दवाई खान सिफारिस गरे। तर नेपाली चिकित्सकले माइग्रेन होइन भनेपछि सो दवाई मैले खान सकिनँ र फेरि आयुर्वेद चिकित्सक तिम्सिनाको सम्पर्कमा पुगेँ। उनले पित्त बढेर यो समस्या आयो भनी केही दबाई दिए। जसले मेरो टाउको निको भयो।

तत्पश्चात् खुट्टाको कुर्कुच्चा दुख्न थाल्यो। आजभोलि यो समस्या धेरैमा देखिएको पाएको छु। यसबारेमा पनि नेपाल भारतका केही चिकित्सकहरुसँग सम्पर्क गरी दवाई पनि लिएँ तर यो दीगो समाधान हुँदैन भनेपछि जुताको तलुवा नरम बनाएर लगाउन थालेको छु। यही नै एक मात्र उपाय रहेछ कि जस्तो पनि लाग्न थालेको छ। यसले केही हदसम्म ठिक गरेको छ। यसबाहेक यसबारे मैले केही खोज र अनुभव गरिरहेको छु जसको परिणाम देखिएपछि मात्र सविस्तार उल्लेख गर्ने छु।

यसबारे परम्परागत चिकित्सामा के उपाय हुन सक्छ भनी पञ्चगव्य विशेषज्ञ र मेरो तीन दशकदेखि नियिमित सम्पर्कमा रहनुभएका बाबा योगिराजजीलाई सोधेँ। उहाँले किटानसाथ त केही भन्नुभएन तर तातो पानीमा सेकेर नियमित तोरीको तेलले मालिस गर्ने नै उत्तम उपाय हो भन्नुभयो।

त्यसपछि मेरो पूर्व अनुभवका आधारमा पनि यही उपाय अपनाएँ। सुत्नुअघि खुट्टा राम्ररी धोएर, तातो पानीमा केहीबेर डुबाउने अनि तोरीको तेल लगाउने। यो कुनै पनि महँगो र अफ्टेरो विधि थिएन, त्यसैले यसलाई अपनाउँदै गएँ। यसको प्रभाव गहिरो निद्रा त लाग्नेनै भयो जो मेरो अनुभवमा आधारित थियो। तर चकित पार्नेकुरा के भयो भने मेरो तौल २ किलो बढ्यो। अनुहारमा विशेषप्रकारको चमक आउन थाल्यो। टाउको पूरै दुख्न छाड्यो। दैनिक भेट हुने साथीहरुले के चमत्कार भयो भन्न थाले। जबकि भएको खासमा गहिरो निद्रा नै थियो। अरु केही थिएन।

अन्ततः, मेरो टाउको दुख्ने समस्यार शरीरमा केही कमजोरी जस्तो देखिने कुरा टाउको भन्दा निद्राको गुणस्तरमा रहेछ भन्ने बुझाइ बिस्तारै विकास हुँदै गएको छ र मलाई महसुस भएको छ कि दैनिक कम्तीमा ६ घण्टा थाहा नपाउने गरी सुत्नै पर्ने रहेछ।

करिब पाँच वर्ष अघि मैले उनै दिलजन मन्सुरको सल्लाहमा सुगरबाट मुक्त हुनका लागि किटो डाइट गरेको थिएँ। यसबाट कसैलाई बेफाइदा भएको पनि सुनेको छु तर मलाई पाँच वर्षदेखि सुगरको दवाई खानुपरेको छैन। तथापि हरेक महिना सुगर जाँच गर्छु र हरेक तीन महिनामा Hba1c पनि हेर्ने गर्छु।

अब कुरा गरौं अलिकता वाकरको विश्वप्रसिद्ध पुस्तकका बारेमा। उक्त पुस्तकका कतिपय अंश सुन्दा र आफ्नो जीवनका अनुभवसँग तुलना गर्दा मैले एउटा सच्चाईलाई महसुस गरेको छु। त्यो भनेको निद्रा केवल दिमागको विषय होइन रहेछ, सम्पूर्ण शरीरको सामूहिक जैविक प्रक्रिया रहेछ।र निद्राको चावी कहिलेकाहीँ खुट्टामा पनि लुकेको हुने रहेछ। हुन पनि यदि हामीलाई गहिरो निद्रा लाग्दैन र पेट पनि सफा हुँदैन भने यी दुवै कुरामा सुधार ल्याउन अति आवश्यक छ। मेरो विचारमा ६० प्रतिशत रोगको कारण यीनै दुईवटा विषयबाट निको गराउन सकिन्छ।

डा. म्याथ्यु वाकरले Why We Sleep मा निद्रालाई 'शरीरको मर्मत प्रणाली' भनेर परिभाषित गरेका रहेछन्। उनका अनुसार निद्रामा मस्तिष्क मात्र आराम गर्दैन, सक्रिय रूपमा आफूलाई सफा, सन्तुलित र पुनर्निर्माण गर्छ। विशेषगरी गहिरो निद्राका बेला मस्तिष्कमा जम्मा भएका विषाक्त पदार्थ सफा हुन्छन्। जसका कारणले टाउको दुखाइ, मानसिक थकान र दीर्घकालीन रोग निम्त्याउन सक्थे।

जैविक थकानले मानिसलाई अविवेकी बनाउँदो रहेछ। जोखिमलाई कम आँक्ने रहेछ। नैतिक सीमालाई सजिलै उल्लंघन गर्ने रहेछ। झुट बोल्ने सम्भावना बढ्ने, सहानुभूति घट्ने र अरूको पीडा बुझ्ने क्षमता पनि कमजोर हुने रहेछ। भनिने के रहेछ भने थकित मस्तिष्कले संविधान लेख्न सक्छ, तर दूरदृष्टि लेख्न सक्दैन। वाकरले विश्व इतिहासका ठूला दुर्घटनाहरू चेर्नोबिल परमाणु दुर्घटनालगायत अन्य कैयौं दुर्घटनाहरु निर्णयकर्ताहरू निद्राविहीन भएका कारणले भएका थिए भनेर भन्दा रहेछन्। अन्त्यमाः रोग पत्ता लगाउने कुरा चिकित्सक भन्दा बिरामीको महसुसमा ज्यादा भर पर्दो रहेछ। यदि बिरामीले समस्यालाई बताउन सकेन भने जस्तोसुकै विशेषज्ञ चिकित्सकले पनि समस्या पत्ता लगाउन सक्दैनन्। आफूलाई भित्रबाट महसूस हुने कुरा के हो भनेर गौरपूर्वक विचार गर्ने र खास समस्या पत्ता लगाउने कोसिस नगर्ने हो भने जति ठुला अस्पताल गएर पनि उपचार हुन सक्दैन।

वैज्ञानिक तथ्यले भन्छ-निद्राका लागि शरीरको तापक्रम घट्नुपर्छ। डा.वाकर भन्छन्-जब शरीरको केन्द्रिय तापक्रम केही मात्रामा घट्छ, तब मस्तिष्कले 'अब सुत्ने समय भयो' भन्ने संकेत पाउँछ। यही कारणले सुत्नुअघि नुहाउने, खुट्टा तातो पानीमा डुबाउने जस्ता अभ्यासहरूले निद्रामा सहयोग पुऱ्याउँछन। तातो पानीबाट खुट्टा निकाल्दा शरीरले ताप बाहिर फाल्छ, जसले आन्तरिक तापक्रम घटाउन मद्दत गर्छ। शायद चिनियाँहरुले सुत्ने समयमा नुहाउनुको कारण यही होला।

मेरो अनुभव ठिक यही सिद्धान्तसँग मेल खान्छ। खुट्टा तातो पानीमा डुबाउनु र तेल मालिस गर्नुले केवल आनन्द दिएन, यसले सम्पूर्ण स्नायु प्रणालीलाई शान्त गऱ्यो। शरीरले विश्रामको संकेत पायो, र मस्तिष्कले निद्राको ढोका खोल्यो।

खुट्टा र मस्तिष्कको सम्बन्ध

पूर्वीय परम्परागत ज्ञान (आयुर्वेद र चिनियाँ चिकित्सा) ले खुट्टालाई 'स्नायुहरूको नक्सा' मानेको छ। आधुनिक न्यूरोसाइन्सले पनि यो सम्बन्धलाई आंशिक रूपमा स्वीकार गर्न थालेको छ। खुट्टामा रहेका स्नायुहरू मेरुदण्ड हुँदै मस्तिष्कसँग जोडिएका हुन्छन। जब खुट्टा शान्त हुन्छ, तिनबाट जाने संकेत पनि शान्त हुन्छन। यही कारणले खुट्टाको पीडा, चिसोपन वा असहजताले निद्रा भंग गर्न सक्छ।

वाकरको पुस्तकमा उल्लेख भएझैं, निद्रा कुनै 'स्विच' अन र अफ गर्ने विषय होइन। बरु सिग्नलहरूको समन्वय हो। प्रकाश, तापक्रम, शारीरिक आराम, भावनात्मक अवस्था आदि सबै मिलेर मात्र गहिरो निद्रा सम्भव हुन्छ। मेरो अनुभवले पनि यहीसत्यलाई महसुस गराएको छ।

टाउको दुखाइः कारणभन्दा लक्षण

हामी प्रायः टाउको दुखाइलाई समस्या ठान्छौं तर वास्तवमा यो धेरैजसो लक्षण मात्र हुन्छ। कम निद्रा, अव्यवस्थित निद्रा, वा गुणस्तरहीन निद्राले मस्तिष्कमा सूजन, रसायनिक असन्तुलन र स्नायु थकान निम्त्याउँछ। यसको परिणाम टाउको दुख्छ। जब निद्रा सुधारियो, टाउको दुखाइ आफैँ हरायो। यसले एउटा पाठ सिकायो-समस्या जहाँ देखिन्छ, समाधान त्यहीँ नहुन सक्छ। अर्को कुरा निद्रा औषधीबाट होइन, सन्तुलनबाट आउने रहेछ।

एउटा रोचक सन्दर्भ

हामीले कतिपयलाई रातभर नसुतेर काम गर्ने नेतालाई ठुलो मान्छे भन्ने गर्छौं। तर डा.म्याथ्यु वाकरको उक्त चर्चित कृतिको निष्कर्ष छ-निद्रा नपुगेको नेतृत्व बहादुर होइन, खतरनाक हुन्छ। निद्राको अभाव केवल व्यक्तिगत स्वास्थ्य समस्या होइन; यो सामूहिक शासनको संकट हो। जब निर्णय गर्ने मस्तिष्क थाकेको हुन्छ, तब नीति विवेकबाट होइन, आवेगबाट जन्मिन्छ। वाकरले भनेका छन्-निद्रा नपुग्दा तर्क, संयम र दीर्घकालीन सोचको केन्द्रकमजोर हुन्छ, र डर, क्रोध र आवेग हावी हुन्छ।

जैविक थकानले मानिसलाई अविवेकी बनाउँदो रहेछ। जोखिमलाई कम आँक्ने रहेछ। नैतिक सीमालाई सजिलै उल्लंघन गर्ने रहेछ। झुट बोल्ने सम्भावना बढ्ने, सहानुभूति घट्ने र अरूको पीडा बुझ्ने क्षमता पनि कमजोर हुने रहेछ। भनिने के रहेछ भने थकित मस्तिष्कले संविधान लेख्न सक्छ, तर दूरदृष्टि लेख्न सक्दैन। वाकरले विश्व इतिहासका ठूला दुर्घटनाहरू चेर्नोबिल परमाणु दुर्घटनालगायत अन्य कैयौं दुर्घटनाहरु निर्णयकर्ताहरू निद्राविहीन भएका कारणले भएका थिए भनेर भन्दा रहेछन्।

अन्त्यमाः रोग पत्ता लगाउने कुरा चिकित्सक भन्दा बिरामीको महसुसमा ज्यादा भर पर्दो रहेछ। यदि बिरामीले समस्यालाई बताउन सकेन भने जस्तोसुकै विशेषज्ञ चिकित्सकले पनि समस्या पत्ता लगाउन सक्दैनन्। आफूलाई भित्रबाट महसूस हुने कुरा के हो भनेर गौरपूर्वक विचार गर्ने र खास समस्या पत्ता लगाउने कोसिस नगर्ने हो भने जति ठुला अस्पताल गएर पनि उपचार हुन सक्दैन। स्वास्थ्य परीक्षण गर्दा शरीरमा रोग केही देखिँदैन। खाना मिठो हुन्छ। शरीर ख्याक्ख्याक्क पर्दै गएको देखिन्छ भने आफैँ शरीरको समस्या पत्ता लगाउनुपर्ने रहेछ। यो मेरो बुझाइ र सिकाइ हो। हेक्का राखौं निद्रा कम हुनु बुढौलीको कारण मात्र नहुन सक्छ। साथै अनावश्यक मोवाइलको स्क्रिनमा भुल्ने र झुल्ने काम पनि नगरौं।

देवदह महोत्सवमा उत्कृष्ट ऱ्याली र झाँकीलाई पुरस्कृत गरिने

देवदह, पुस २१ (मेसस)। देवदह महोत्सवको उद्घाटन समारोहमा सहभगी हुने उत्कृष्ट ऱ्याली र झाँकीलाई पुरस्कृत गरिने भएको छ। झाँकीतर्फ उत्कृष्ट तीन समूह र ऱ्यालीतर्फ चार समूहलाई नगद र कदर पत्रले पुरस्कृत गरिने आयोजकले जनाएको छ। महोत्सवका ऱ्याली व्यवस्थापन उपसमिति संयोजक केशव पुनले आमा समूह, टोल विकस संस्था, मन्दिर समिति, जातीय संघसंस्था सबैलाई ऱ्यालीमा सहभागीताको लागि पत्राचार भएको बताए। 'सबैलाई पत्राचार भएको छ, उकृष्ट ऱ्याली र झाँकीलाई पुरस्कृत गरिने छ,' उनले भने।

ऱ्याली तथा झाँकी मूल्यांकनको लागि तीन सदस्यीय समिति बनाइएको मेला मूल आयोजक संयोजक गणेश खातीले जानकारी दिए। मूल्यांकन समिति महोत्सवको गेटमा बस्ने र सबै ऱ्याली र झाँकीको रेकर्डसंगै मूल्यांकन गर्ने उनले बताए। महोत्सवका संघसंस्था उपसमिति संयोजक गोविन्द क्षेत्रीले सबै वडाका टोल विकास संस्था र आमा समूहसंग ऱ्यालीको विषयमा छलफल भएको बताए।

सधैँ खैरेनीको लोकेश्वर मन्दिरबाट सुरु हुने महोत्सवको ऱ्याली योपटक भने दुर्गा पञ्चायान मन्दिर शीतलनगरबाट हुने जनाइएको छ। बिहान ११ बजे ऱ्याली सुरु हुने र १ बजे देवदह मण्डपमा महोत्सव उद्घाटन हुने मेलाका सचिवालय संयोजक विनिराम सोमैले जानकारी दिए। उद्योग व्यापार संघ देवदहको आयोजनामा यही पुस २३ गतेदेखि माघ ६ गतेसम्म सञ्चालन हुने महोत्सवमा देवदह क्षेत्रको कृषि, उद्यम, हस्तकला, पहिचान र पर्यटन सम्भावनालाई एकै ठाउँबाट उजागर गर्ने लक्ष्य लिइएको आयोजकले जनाएको छ। पछिल्ला वर्षहरूमा सञ्चालन भएका व्यापार मेलाहरूले स्थानीय उत्पादनको मूल्य अभिवृद्धि, बजारमा उत्पादनको पहुँच र पहिचान विस्तारमा सहयोग पुऱ्याउँदै आएको आयोजकको भनाइ छ।

मेलामा स्थानीय तथा राष्ट्रिय कलाकारको प्रस्तुति, विज्ञान प्रदर्शानी, सिङ्गिङ आइडल, डान्सिङ स्टार, लोक भजन प्रतियोगिता, विद्यालय स्तरीय लोक नृत्य प्रतियोगिता, डोरी तान्ने प्रतियोगितासंगै जलपरी अवलोकन, बाल उद्यान, आकर्षक सेल्फी तथा टिकटक जोनलगायतका आकर्षक रहने जनाइएको छ। स्थानीय तथा सांस्कृतिक खानाका होटलसहित २५० वटा स्टल रहने महोत्सवमा १० करोड रुपैंयाभन्दा बढीको कारोबार हुने जनाइएको छ।

नेप्से परिसूचकमा सुधार

काठमाडौं, पुस २१। नेपाल स्टक एक्सचेञ्ज (नेप्से) परिसूचक २८ दशमलव ७३ अङ्कले बढेर दुई हजार ६३९ दशमलव ३७ को बिन्दुमा कायम भएको छ। यो एक दशमलव १० प्रतिशतको वृद्धि हो। सोमबार ३३५ कम्पनीको एक करोड २४ लाख ५९ हजार ९५१ कित्ता शेयर ८४ हजार ९९० पटक खरिदबिक्री हुँदा रु.६ अर्ब ४७ करोड ३७ लाख ३६ हजार ९९ बराबरको कारोबार भएको छ। सोमबारको कारोबारमा सबै समूहको उपसूचक बढेको छ। सबैभन्दा धेरै उत्पादन तथा प्रशोधन समूह तीन दशमलव ०५, विकास बैंक समूह दुई दशमलव ७० र होटल तथा पर्यटन समूह दुई दशमलव ५३ प्रतिशतले बढेको छ। बैंकिङ शून्य दशमलव ६७, वित्त शून्य दशमलव ८३, जीवन बिमा शून्य दशमलव ४९, जलविद्युत् एक दशमलव १४, लगानी एक दशमलव २५, लघुवित्त शून्य दशमलव ५३, म्युचुअल फण्ड शून्य दशमलव ४३, निर्जीवन बिमा शून्य दशमलव ५७, व्यापार शून्य दशमलव २२ र अन्य समूह शून्य दशमलव शून्य दशमलव ७३ प्रतिशतले बढेको छ।

सागर डिस्टिलरी लिमिटेड, एसवाई प्यानल नेपाल लिमिटेड, श्रीनगर एग्रीटेक एन्डस्ट्रिज लिमिटेड, बन्दीपुर केबलकार एण्ड टुरिजम लिमिटेड र रुरु जलविद्युत् परियोजना लिमिटेडको शेयर मूल्यमा सकारात्मक सर्किट लागेको छ। सबैभन्दा धेरै घट्नेमा भने स्टाण्डर्ड चार्टर्ड बैंक लिमिटेड डिबेन्चर दुई दशमलव ४९ प्रतिशतले घटेको छ। कारोबार रकम र कारोबार भएका शेयर संख्याका आधारमा सोमबार सबैभन्दा धेरै शिवम सिमेन्ट लिमिटेडको रु.३८ करोड ६९ लाख ५० हजार ३४७ बराबरको छ लाख २२ हजार ८४० कित्ता शेयर किनबेच भएको छ।

'कृषि क्षेत्रमा युवा पलायन सबैभन्दा ठुलो चुनौती'

नेपालगञ्ज, पुस २१। कृषि तथा पशुपन्छी विकासमन्त्री डा.मदन परियारले कृषि क्षेत्रमा देखिएको युवा पलायन सबैभन्दा ठूलो चुनौती भएको बताए। नेपालगञ्जमा दुई दिनदेखि सञ्चालन भएको उच्च मूल्य कृषिवस्तु उत्थानशील कार्यक्रमको समापनमा मन्त्री डा.परियारले वैदेशिक रोजगारीका लागि युवाको पलायन चिन्ताजनक रहेको उल्लेख गरे। स्थानीय तहलाई कृषिमा उच्च प्राथमिकतामा दिन आग्रह गर्दै उनले स्थानीय तहको बजेट नियाल्दा कृषिलाई बजेटमा कम महत्व दिएको बताए।

'स्थानीय तहको भौतिक संरचनामा बढी लगानी देखिएको छ तर कृषि जस्तो महत्वपूर्ण क्षेत्र प्राथमिकतामा परेको छैन,'मन्त्री डा.परियारले भने। उनले कृषिमा प्रविधि महिलामैत्री नभएकामा जोड दिँदै नेपालको कृषि नीतिले समावेशीकरणलाई जोड दिन आवश्यक भएको धारणा व्यक्त गरे। कृषि क्षेत्रको विकासका लागि तीन तहका सरकारले मिलेर काम गर्नुपर्नेमा जोड दिँदै मन्त्री डा.परियारले स्थानीय तहमा देखिएका कृषिका समस्या पहिचान गर्न कार्यक्रम फलदायी भएको बताए।

कर्णाली प्रदेशका भूमि व्यवस्था, कृषि तथा सहकारीमन्त्री विनोदकुमार शाहले अहिलेको संविधानको सुन्दर पक्ष स्थानीय तहको अधिकार भएकामा जोड दिँदै स्थानीय तहले यसलाई कार्यान्वयनमा लैजानुपर्ने बताए। उनले कर्णाली प्रदेशले कृषि विकासको दिगो योजना बनाउन सबै कानुन निर्माण गरेको जानकारी दिँदै कृषिमा परागशेचन रणनीति निर्माण हुन लागेको बताए।

सुदूरपश्चिम प्रदेशका भूमि व्यवस्था, कृषि तथा सहकारीमन्त्री वीरबहादुर थापाले तीन तहका सरकार सहभागी हुने यस परियोजनाबाट लक्षित समुदाय लाभावन्वित हुनुपर्नेमा जोड दिँदै नीतिलाई प्राथमिकता दिँदा दिगोपन आउन कठिनाई हुने गरेको बताए। लुम्बिनी, कर्णाली र सुदूरपश्चिम प्रदेशका २१ जिल्लाका ८० स्थानीय तहमा स्थानीय कृषि पारिस्थितीकीय अवस्था, बजार सम्भाव्यता र जलवायु उत्थानशील क्षमताको आधारमा उच्च मूल्य भएका कृषिवस्तुको पहिचान र प्रवर्द्धनमा यस परियोजनाले जोड दिएको छ।

कृषि तथा पशुपन्छी विकास मन्त्रालयका सहसचिव डा.रामकृष्ण श्रेष्ठले ४० प्रतिशत रैथाने किराका जात लोप हुन थालेकामा चिन्ता व्यक्त गर्दै नेपालमा प्रमुख अन्नबालीको आयातमा निर्भरता बढेको बताए। उच्च मूल्य कृषिवस्तु उत्थानशील कार्यक्रम २०८१ सालमा नेपाल सरकार र कृषि विकासका लागि अन्तर्राष्ट्रिय कोषबिच भएको वित्तीय सम्झौता हो। सो अभिमुखीकरणमा लुम्बिनी, कर्णाली र सुदूरपश्चिम प्रदेशका २१ जिल्लाका नगरप्रमुख, उपप्रमुख, अध्यक्ष, उपाध्यक्षलगायत सहभागी थिए।

भार्सेमा भिक्टोरियाक्रस विजेता रानाको सालिक

गुल्मी, पुस २१ (मेसस)। लाहुरेहरूको गाउँका रूपमा परिचित यहाँको सत्यवती गाउँपालिका-८ भार्सेमा प्रथम विश्वयुद्धका वीर गोर्खा सैनिक तथा भिक्टोरियाक्रस प्राप्त कर्नबहादुर रानाको सालिक स्थापना गरिएको छ। प्रथम विश्वयुद्धका क्रममा जर्मन सेनाविरुद्ध बहादुरी प्रदर्शन गरेबापत बेलायत सरकारले रानालाई सर्वोच्च सैनिक सम्मान भिक्टोरियाक्रस प्रदान गरेको थियो। लाहुरेहरूको इतिहास जीवित राख्ने उद्देश्यसहित निर्माण गरिएको भार्से ग्यालरी परिसरमा रानको सालिक स्थापना गरिएको हो।

जिल्लाको कालीगण्डकी गाउँपालिका-७ फोक्सिङ निवासी कर्नबहादुर रानाको जन्म सन् १८९८ मा भएको थियो। उनले १९ वर्षको कलिलो उमेरमै सन् १९१९ मा बेलायतका राजा जर्ज पाँचौंबाट भिक्टोरियाक्रस प्राप्त गरेका थिए। रानाको सन् १९७३ मा ७४ वर्षको उमेरमा निधन भएको थियो। रानाको सालिक स्थापनाले दिवङ्गत तथा जीवित सम्पूर्ण लाहुरेहरूको सम्मान भएको सालिकका परिकल्पनाकार लेफ्टिनेन्ट कुलबहादुर बुढाथोकीले बताए। इतिहास संरक्षणका लागि व्यक्तिगत अग्रसरतामा सालिक स्थापना गरिएको भन्दै स्थानीयवासीले बुढाथोकीप्रति आभार प्रकट गरेका छन्।

भार्से भूपू संघको नेतृत्वमा करिब रु.१६ लाख लागतमा सालिक निर्माण गरिएको हो। गुल्मेली मूर्तिकार यमबहादुर थापाले एक वर्षभन्दा बढी समय लगाएर रानाको सालिक निर्माण गरेका हुन्। नेपाल सरकारका तर्फबाट कुनै औपचारिक सम्मान नपाएकाले व्यक्तिगत लगानीमार्फत उक्त सालिक निर्माण गरिएको भार्से भूपूसंघका कोषाध्यक्ष नरबहादुर बुढाथोकीले जानकारी दिए। प्राकृतिक, सांस्कृतिक र ऐतिहासिक दृष्टिले महत्वपूर्ण भार्सेमा भूपूगोर्खा ग्यालरी र भार्से ग्यालरी स्थापना गरिएको छ। ग्यालरीमा प्रथम विश्वयुद्ध लड्ने ८४ र दोस्रो विश्वयुद्ध लड्ने १७८ जनाको फोटो र संक्षिप्त इतिहास सङ्कलन गरिएको छ। भूपूगोर्खा ग्यालरीमा हालसम्म पहिलो र दोस्रो विश्वयुद्ध लडेका ३४ जना दिवङ्गत व्यक्तिहरूको तस्बिर तथा विवरण राखिएको छ। ग्यालरीमा कम उमेरमा विश्वकै प्रतिष्ठित पदक भिक्टोरियाक्रस प्राप्त गर्ने कर्नबहादुर राना, भारतीय सेनामा नेपालबाट पहिलो कर्नेल श्रीप्रसाद बुढाथोकी तथा उनका पिता गिरीप्रसाद बुढाथोकीको तस्बिरसमेत राखिएको छ। भार्सेमा जन्मिए र हाल हङकङमा रहेका लेफ्टिनेन्ट कुलबहादुर बुढाथोकीको नेतृत्वमा ग्यालरी स्थापना गरिएको हो। उनले ग्यालरी निर्माणका लागि अहिलेसम्म करिब रु.५७ लाखभन्दा बढी रकम व्यक्तिगत रुपमा लगानी गरिसकेका छन्। ग्यालरीमा हाल भारतीय, बेलायती र नेपाली सेना, प्रहरी तथा राष्ट्रसेवक कर्मचारीहरूको चार सयभन्दा धेरै तस्बिरहरु राखिएको छ।

चितवनमा जलपक्षी गणना

चितवन, पुस २१। चितवन राष्ट्रिय निकुञ्ज र त्यस आसपासका क्षेत्रमा हिउँदे आगन्तुक जलपक्षी गणना गरिने भएको छ। यही पुस २४ र २५ गते जलपक्षी गणना गरिने भएको हो।

नेपालमा हरेक वर्ष जनवरी ३ देखि १८ तारिखसम्म जलपक्षी गणना गर्ने गरिन्छ। चितवन र नवलपरासीको त्रिवेणीसम्म एकैपटक चरा गणना गर्न लागिएको हो। नेपाल पक्षीविद् संघ बागमती प्रदेशका अध्यक्ष वासु विडारीका अनुसार चितवनको लोथरदेखि जलपंक्षी गणना सुरु गरिने छ। पुस २४ गते नदीहरुमा तथा पुस २५ गते तालतलैयामा जलपक्षी गणना गरिने छ। गणनाका लागि ७० चराविज्ञ सहभागी हुने उनले जानकारी दिए। लोथर खोलाबाट, जिन्दगानीघाट, सौराहा, ढुङ्गे खोला, कसरा पुल हुँदै राप्ती नदीमा चरा गणना गरिने छ भने नारायणी नदीमा पनि चरा गणना गरिने छ। यस्तै माडीको रिउ खोला, बाटुलीपोखरी, कुमाल, टिकौली, सत्रहजारी ताल र नहर क्षेत्र, निकुञ्जभित्रका लामिताल, तमोर ताल, पटना ताल, भण्डाराको मत्स्यपालन क्षेत्र तथा बूढी राप्तीको चित्रसारी पुलबाट राप्ती दोभानसम्म जलपक्षी गणना गरिने छ। 'बर्ड एजुकेसन सोसाइटी' चितवनका अध्यक्ष विजय गिरीका अनुसार देशैभर जलपक्षी गणना गरिँदै छ। राप्ती नदीको घडगाईबाट गोलाघाटसम्म, नारायणीको पूर्वी भङ्गला, नारायणीकै गाँजापुरबाट गोलाघाटसम्म र दिव्यनगरका घोल एवं फाँटमा समेत जलपक्षी गणना गरिने उनले जानकारी दिए। 'बर्ड एजुकेसन सोसाइटी, नेपाल' पक्षीविद् संघ, राष्ट्रिय प्रकृति संरक्षण कोष, चितवन राष्ट्रिय निकुञ्ज, मध्यवर्ती सामुदायिक वनको सहकार्यमा जलपक्षी गणना गर्न लागिएको हो। गत वर्ष चितवनमा ५३ प्रजातिका आगन्तुक जलपक्षी भेटिएका थिए। संघका अध्यक्ष विडारीका अनुसार देशभर ९०४ प्रजातिका तथा चितवनमा ६६२ प्रजातिका चरा पाइन्छन्। नेपालमा सन् १९८७ देखि चरा गणना थालिएको हो। यस वर्ष ६०औँ पटक गणना गरिँदै छ।

नेपालमा जलपक्षी ठूलो संख्यामा चीनबाट आउने गर्दछन्। मङ्गोलिया, रुसको दक्षिणी भाग, साइबेरिया, मध्य एसियालगायतका ठाउँबाट धेरै चरा आउँछन् भने पूर्वी युरोपबाट निकै कम चरा आउने गरेका उनले जानकारी दिए। चिसो छल्नका लागि चरा यहाँ आउने गरेको विडारीले बताए। नेपालमा मात्रै नभएर एसिया क्षेत्रमा नै यही समयमा चरा गणना गरिन्छ। चराको रङ, शरीरको बनोट, आवाज हेरेर र सुनेर गणना गर्ने गरिन्छ।

गर्भमा लिङ्ग पहिचान गराए एक वर्षसम्म कैद

काठमाडौँ, पुस २१। स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयले गर्भमा रहेको शिशुको लिङ्ग पहिचान गर्ने वा गराउने कार्य गरे एक वर्षसम्म कैदको सजाय हुने स्पष्ट पारेको छ। स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयअन्तर्गत राष्ट्रिय स्वास्थ्य शिक्षा, सूचना तथा सञ्चार केन्द्रले सूचना जारी गर्दै गर्भमै लिङ्ग पहिचान गर्नु वा गराउनु गैरकानुनी रहेको स्पष्ट पारेको हो।

मन्त्रालयका अनुसार कसैले गर्भमा रहेको भ्रूरूणको लिङ्ग पहिचान हुने कुनै कार्य गर्न र गराउन हुँदैन। यदि सो कार्य गरे वा गराएमा तीन महिनादेखि एक वर्षसम्म कैदको सजाय हुने कानुनी व्यवस्था छ। 'गर्भमा रहेको भ्रुणको लिङ्ग पहिचान हुने कुनै पनि परीक्षण, प्रविधि वा प्रक्रियाको प्रयोग गर्न पाइँदैन। कसैले यस्तो कार्य गरे वा गराएमा एक वर्षसम्म कैद सजाय हुने व्यवस्था छ।' सूचनामा उल्लेख छ।

छोरीको जन्म सुनिश्चित गर्न र विभेदपूर्ण लिङ्ग छनोट अन्त्य गर्न सबै नागरिक, स्वास्थ्यकर्मी तथा स्वास्थ्य संस्थालाई कानुनको पूर्ण पालना गर्न मन्त्रालयले आग्रह गरेको छ।

श्री सिद्धार्थ गौतम बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्था लि.

मु.का.: सिद्धार्थनगर-९, रुपन्देहीं

नियमित कारोबार नगर्ने शेयर सदस्य एवम् ऋणीको हि.मी. गर्ने बारेको सूचना

यस सहकारी संस्थाको हालै सम्पन्न साधारणसभाको निति निर्णय एंवम संचालक समिति बैठकको निर्णय अनुसार यस संस्थाको सदस्यता लिई साधारणसभामा नियमित भाग नलिने र नियमित कारोबार नगरी निस्कृय रहनु भएका शेयर सदस्यज्यू तथा ऋणी सदस्यहरुले ३५ दिनभित्र यस संस्थाको कार्यालयमा सम्पर्क गरी अनिवार्य मासिक बचत जम्मा एवम् ऋणको सावा, व्याज बुझाई नियमित कारोबार गर्नु गराउनु हुन अनुरोध गरिन्छ। साथै सदस्यहरुले न्युनतम रु. ५०००।- का शेयर रकम चुक्ता गरी मासिक अनिवार्य बचत न्यूनतम रु. १,०००।- वा सो भन्दा बढी बचत र सदस्य कल्याणकोष वापत रु. १५००।- रकम इच्छुक शेयर सदस्यज्यूहरुले जम्मा गर्नु गराउनु हुन सबैमा अनुरोध गरिन्छ। उपरोक्त बमोजिम नभएको खण्डमा निस्कृय रहेका शेयर सदस्यज्यूहरुलाई निलम्बन गरी लिन/दिनुपर्ने हिसावहरु हि.मी. गरी लिनुपर्ने भएमा पाउनु पर्ने र भुक्तानी दिनुपर्ने भएमा दायित्वमा राखिने व्यहोरा समेत यसै सुचनाद्धारा अवगत गराइन्छ।
नोट : सहकारी विभागको, सम्पत्ति शुद्धिकरण निवारण सम्बन्धि निर्देशन सुचना बमोजिम व्यवस्थाका लागि शेयर सदस्यज्यूहरुले यस संस्थाको कार्यालयमा सम्पर्क राखी आफ्नो व्यक्तिगत विवरण (KYM) फारम भरी अध्यावधिक गर्नु गराउनु हुन समेत अनुरोध गरिन्छ।

संग्लनः
हालसालै खिचेको फोटो-१ थान
नागरिकता र भएमा राष्ट्रिय परिचयपत्रको प्रतिलिपि समेत संलग्न राखी पेश गर्नुहोला।

सुनिलकुमार मिश्राा (सचिव)

लुम्बिनी प्रदेश रुपन्देही जिल्ला रोहिणी गाउँपालिका-०१ मा संचालनमा गर्न लागेको अलमाइटि ओभरसिज नेपाल प्रा.लि. ले भैंसीको सिङ्गबाट बटन, टगल, कुकुरको चपाउने सामान (डग च्यु) पिजल्स, खेलौना र मग, कुखुराको खुट्टा/परखेटाबाट कुकुरको चपाउने सामान (डग च्यु) तथा काठबाट बटन उत्पादन गर्ने उद्योगको प्रारम्भिक वातावरणीय परीक्षणको उत्पादन गर्ने उद्योगको प्रारम्भिक वातावरणीय परीक्षण प्रतिवेदन तयारीका लागी प्रस्ताव कार्यान्वयनबाट पर्न सक्ने वातावरणीय प्रभावको

सार्वजनिक सूचना

प्रकाशन मिति : २०८२/०९/२२

प्रस्तावकको नाम र ठेगाना	क) नामः अलमाइटि ओभरसिज नेपाल प्रा.लि. ख) ठेगानाः लुम्बिनी प्रदेश रुपन्देही जिल्ला रोहिणी गाउपालिका-०१ ग) ई-मेलः www.almightyoverseasnp@gmail.com घ) फोनः ९८५१०३०९६५
प्रस्तावकको व्यहोरा	क) कार्यान्वयन हुने स्थान : लुम्बिनी प्रदेश रुपन्देही जिल्ला रोहिणी गाउपालिका-०१ (विशेष आर्थिक क्षेत्र भैरहवा, प्लट नं.G-४) ख) प्रस्ताव वारे सामान्य जानकारी : नेपालभरका सबै जिल्लाहरुमा उत्पादन जन्य सामाग्री उपलब्ध आपूर्ति गर्ने। ग) लगानिको किसिमः निजि
प्रभाव पर्ने सक्ने जिल्ला गाउपालिका	लुम्बिनी प्रदेश, रुपन्देही जिल्ला, रोहिणी गाउपालिका-०१

माथि उल्लिखित प्रस्तावको वातावरणीय प्रभाव मूल्यांकन सम्बन्धि क्षेत्र निर्धारण गर्ने क्रममा यस क्षेत्रको प्राकृतिक जैविक पक्ष, भौतिक पक्ष, सामाजिक पक्ष, आर्थिक पक्ष र सांस्कृतिक पक्ष र आर्थिक पक्षहरुमा पर्ने के कस्तो प्रभाव पर्दछ भनी यकिन गर्न गाउपालिकाभित्रका विद्यालय, अस्पताल, स्वास्थ्य चौकी तथा सरोकारवाला व्यक्ति वा संस्थाको राय सुझाव भए लिनको लागि लिन यो सार्वजनिक सूचना जारि गरिएको छ। यस सुचना प्रकाशित भएको मितिले ७ दिनभित्र सुचना टास भएको निकाय वा विशेष आर्थिक क्षेत्र प्राधिकरण (SEZ) वा निम्न उल्लेखित ठेगानामा आई पुग्नु गरि लिखित राय सुझाव उपलब्ध गराई दिनु हुन अनुरोध गरिन्छ।

प्रस्तावकको नाम र ठेगाना	लुम्बिनी प्रदेश रुपन्देही जिल्ला रोहिणी गाउपालिका -०१ फोनः ९८५१०३०९६५ वेवसाइटः www.almightyoverseasnp@gmail.com
परामर्शदाताको नाम र ठेगाना	रिसर्च ईन्जिनियरीङ एंड इन्भायरोमेन्ट कन्सल्ट प्रा.लि. कोटेश्वर, काठमाडौं E-mail:reec2077@gmail.com Phone:9857053710

तिलोत्तमा नगरपालिका

नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
कुञ्जलापुर, मणिग्राम, रुपन्देही

बोलपत्र/दरभाउपत्र स्वीकृत गर्ने आशयको सूचना

प्रकाशित मिति : २०८२/०९/२२

यस तिलोत्तमा नगरपालिकाको चालु आ.व. २०८२/८३ को स्वीकृत कार्यक्रम अनुसार यस कार्यालयबाट तपशिलको कार्य गर्नको लागि विभिन्न मिति २०८२-०८-२४ मा प्रकाशित विद्युतिय बोलपत्र/दरभाउपत्र आह्वानको सूचना अनुसार निम्न कार्यको लागि पेश भएका बोलपत्र/दरभाउपत्र मध्येबाट यस कार्यालयको मूल्यांकन समितिको विभिन्न मितिमा बसेको बैठकको निर्णय अनुसार न्युनतम मूल्यांकित सारभूत रुपमा प्रभावग्राही देखिएको तपशिलको बोलपत्र/दरभाउपत्र स्वीकृतिको लागि छनौट भएको हुदा सार्वजनिक खरिद ऐन २०६३ को दफा २७ को उपदफा (२) प्रयोजनार्थ यो सूचना प्रकाशन गरिएको छ।

सि. नं.	ठेक्का नं	छनौट भएको बोलपत्रदाताको नाम ठेगाना	कार्यको बिवरण र स्थान	कवोल रकम रु.
१	SQ/TM/W/२२/२०८२/२०८३	पि.आर मल्टिप्रपोज कन्ट्रक्सन एण्ड सप्लायर्स, बुद्धभुमी ३ कपिलबस्तु	अधुरो सभाहल र कम्पाउन्ड वाल निर्माण, तिलोत्तमा ४	११५९७४८
२	SQ/TM/W/२५/२०८२/२०८३	ज्ञान अमृत कन्ट्रक्सन, भलवारी ७ रुपन्देही	अधुरो कम्पाउण्डवाल र सभाहल निर्माण, तिलोत्तमा १४	१३२५९७२
३	SQ/TM/W/२७/२०८२/२०८३	मुक्ती कन्ट्रक्सन, तिलोत्तमा १६	अधुरो कम्पाउण्डवाल सभाहल तथा वडा कार्यालय भवन निर्माण, तिलोत्तमा ८	११७६४००

बोलपत्रद्धारा काठ/दाउरा संकलन गर्ने सम्बन्धमा सूचना

प्रथम पटक सुचना प्रकाशित मिती :२०८२/०९/२२ गते

यस श्री मुना सामुदायिक वन उपभोक्ता समुहको स्विकृत बन कार्ययोजना अनुसार बन क्षेत्रमा रहेका ढलापडा रुखहरु ४ गोटा तथा पुर्नउत्पादन कटानको लागी १६५ गोटा गरी जम्मा १६९ गोटा रुखहरु कटान गरी उत्पादन हुने काठ करिब ६९४१.१० क्यू.फिट र दाउरा १४.१७ चट्टा दाउरा समुहको घाटगद्धीमा राख्नुपर्ने भएकोले यो सुचना प्रकाशित गरिएको छ। डिभिजन वन कार्यलयमा पावर चेन सुचिकृत गराई काठ दाउरा संकलन सम्बन्धी ईजाजत प्राप्त फर्म तथा उद्योगहरुले यो सुचना प्रथम पटक प्रकाशित भएको मितीले १५ औं दिन भित्र बोलपत्र खरिद गरी १६ औं दिनको १२ : ०० बजे भित्र दाखिला गर्न आव्हान गरिन्छ। यस सम्बन्धी बिस्तृत जानकारीको लागी यस समुहको कार्यलयमा सम्पर्क राख्न सकिनेछ।

श्री मुना सामुदायिक वन उपभोक्ता समूह
बाणगंगा- २, गब्दैया, कपिलवस्तु
सम्पर्क नं. : ९८२५४१४२९६, ९७६८२९४७६८

शिलबन्दी दरभाउ पत्र प्रक्रियाबाट वन पैदावार लिलाम बिक्री सम्बन्धी सूचना

दोस्रो पटक सूचना प्रकाशित मितिः २०८२/०९/२२ गते

डिभिजन वन कार्यालय बाँकेको च.नं. १४६६ मितिः २०८२/०८/०६ गतेको बाह्य लिलाम सहमति बमोजिम यस समुहको मिति २०८२/०८/२४ गतेको पहिलो पटक प्रकाशित सूचना अनुसार समूहको घाटगद्दीमा रहेका साल, कर्मा, टिकर्मा, कुम्भि, बर्रो, पानन, प्यारी, झींगट, दवदवे, बोटधगेरो, कुसुम जातका कुल जम्मा गोलिया थान ७८५ को ५७२६.०६ क्यू.फिट काठ तथा अन्य जातको २५ चट्टा दाउरा विविध कारणवश लिलाम हुन नसकी बाँकी रहेकोले उल्लेखित परिमाणको काठ दाउरा हाल जे-जस्तो अवस्थामा छ, सोही अवस्थामा आफ्नै खर्चमा उठाई लैजानुपर्ने गरि लिलाम बिक्री गर्नु पर्ने भएकाले दोश्रो पटक यो सुचना प्रकाशित गरिएको हो। इच्छुक वन पैदावरको लिलाम बिक्रीमा भाग लिनका लागि डिभिजन वन कार्यालयमा सुचीकृत भएका स:मिल वा कम्पनीले यो दोश्रो पटक सूचना प्रकाशित भएको मितिले १५ (पन्ध्र) दिन भित्र सिलबन्दी बोलपत्र खरिद गरी १६ औँ दिनको दिउसो ३ बजे भित्र दाखिला गर्न आहवान गरिन्छ। यस सम्बन्धी बिस्तृत जानकारीको लागी यस सामुदायिक वन उपभोक्ता समूहको कार्यालयमा सम्पर्क राख्न सकिनेछ। पुर्ण व्यहोराको सूचना यस सामुदायिक वन उपभोक्ता समूहको कार्यालयको सूचना पाटिमा टाँस गरिएको छ।

श्री कोटहिदेवी युवा प्रगति सामुदायिक वन उपभोक्ता समूह
राप्तीसोनारी गा.पा-०२, बाँके

कालिगण्डकी गाउँपालिका

गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
पूर्तिघाट गुल्मी, लुम्बिनी प्रदेश, नेपाल

बोलपत्र स्वीकृत गर्ने आशयको सूचना

प्रकाशित मितिः२०८२।०९।२२ गते

यस कार्यालयबाट २०८२।०८।१७ मा bolpatra.gov.np मा प्रकाशित सूचना अनुसार तपसिल बमोजिमको ठेक्काको बोलपत्र आह्वान गरिएको अन्तिम म्यादभित्र रीत पूर्वक दर्ता हुन आएका बोलपत्रमध्ये देहायको बोलपत्र सारभूत रुपमा प्रभावग्राही भै मूल्यांकन समितिबाट स्वीकृतिका लागि सिफारिस भै आएकोले सार्वजनिक खरिद ऐन, २०६३ को दफा २७ को उपदफा २ बमोजिम सम्बन्धित सबैको जानकारीको लागि यो सूचना प्रकाशित गरिएको छ।

तपसिल

सि. नं.	ठेक्का नं	कामको विवरण	प्रभावग्राही देखिएको बोलपत्रदाताको नाम	कबोल अंक (मु.अ.कर सहित)
1.	KRM/NCB/GOODS/2082/2083-04	Procurement of Materials and Transportation up to Road Head Site (Kaligandki-07 Sera Tuni Khola)	L.B Multipurpose Company Pvt. Ltd Melamchi-11, Sindhupalchok	1914522.96

प्रमुख प्रशासकिय अधिकृत

देवदह नगरपालिका

नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
देवदह-४, केरवानी, रुपन्देही, लुम्बिनी प्रदेश, नेपाल

दरभाउपत्र स्वीकृत गर्ने आशयको सूचना

प्रकाशन मितिः २०८२/०९/२२ गते

यस कार्यालयबाट प्रकाशित शिलबन्दी दरभाउपत्र आह्वान सम्बन्धी सूचनानुसार तोकिएको मिति भित्र विद्युतिय प्रणालीमा दाखिला भएका दरभाउपत्रदाताहरु मध्ये तपसिलको शिलबन्दी दरभाउपत्रदाताको आर्थिक प्रस्ताव न्यूनतम मूल्याकिंत सारभूत रुपमा प्रभावग्राही भएकोले सार्वजनिक खरिद ऐन-२०६३ को दफा २७(२) प्रयोजनार्थ बोलपत्र स्वीकृत गर्ने आशयको सूचना सम्बन्धित सबैमा जानकारीको लागि प्रकाशित गरिएको छ।

क्र.स.	ठेक्का नं.	योजनाको नाम	शिलबन्दी दरभाउ पत्र/ बोलपत्र दाताको नाम	स्वीकृत कबोल अंक (भ्याट समेत)
१.	DM/BLD/SQ-12/082/83	Siktan ma.vi. Bhawan Nirman Ward 12	श्री एन.एस. डेभलपमेन्ट एण्ड कन्सट्रक्सन प्रा.लि. देवदह, रुपन्देहि	१४,०४,१३९.६५/-

प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत

आवश्यकता

मितिः २०८२/०९/२२

रोहिणी गा.पा. को कार्यालय रुपन्देहीको चं.नं. ७८५ मिति २०८२/०९/२० को प्राप्त पत्र अनुसार तथा वि.व्य.स. को मिति २०८२/०९/२० को निर्णय अनुसार यस विद्यालयमा माध्यमिक तहको शिक्षण सिकाई अनुदान कोटामा गणित विषयको शिक्षक आवश्यकता परेको हुदा तपसील अनुसार योग्यता पुगेको इच्छुक नेपाली नागरिकबाट निबेदन आह्वान गरिन्छ।

तपसिलः
१) **उमेर** :- १८ बर्ष पूरा भई ४० बर्ष ननाघेको।
२) **योग्यता**:- वि.एड. वा सो सरह (गणित विषयमा)।
३) **तह** :- मा.वि. (गणित)।
४) **छनौट प्रक्रिया**:- लिखित, अन्तवार्ता र आवश्यक परेमा प्रयोगात्मक।
५) **आवेदन दस्तुर**:- रु २०००।- (पछि फिर्ता नहुने)।
६) **तलब** :- संघीय शिक्षण सहयोग अनुदानले तोके बमोजिम।
७) **दरखास्त दिने अन्तिम मिति**:- २०८२।१०।०६ गते ४:०० बजेसम्म।
८) **सम्पर्क मिति**:- २०८२।१०।०७ गते कार्यालय समयमा।
९) **आवश्यक कागजातहरू**:- हस्तलिखित निवेदन १ प्रति, नेपाली नागरिकताको प्रमाणित प्रतिलिपि २ प्रति, शैक्षिक योग्यताको प्रमाणित प्रतिलिपि २ प्रति, स्थायी अध्यापन अनुमति पत्रको प्रमाणित प्रतिलिपि २ प्रति र निरोगिताको सक्कल प्रमाण पत्र १ प्रति।
१०) रित नपुगेको र म्याद नाघी आएको दरखास्त माथि कुनै कारवाही गरिने छैन।
११) लिखित परीक्षामा छनौट भएका व्यक्तिले अन्तर्वार्तामा उपस्थित हुदा आफुले प्राप्त गरेको आवश्यक सक्कल प्रमाणपत्रहरु साथमा लिई आउनु पर्ने छ।

नोट : दस्तुर रकम विद्यालयको चल्ती खाता ०९४१५००१९३३८००२ एन आई सी एसिया बैंकमा जम्मा गरी सो को सक्कल भौचर पेश गर्नु पर्ने छ।
थप जानकारीको लागी सम्पर्क नं. : ९८५७०५१५३७, ९८१७४१३०२८

प्रधानाध्यापक
श्री पजरकट्टी माध्यमिक विद्यालय
रोहिणी गा.पा.-७, सेमरा, रुपन्देही

कागजातसहित झोला हराएको सुचना

मिति २०८२।०९।१० गते बुटवल चौराहादेखि नारायणघाट जाने क्रममा लु२ख ८६८३ नम्बरको बसमा दाउन्नेमा पिसाब गर्न बाहिर निस्कदा बसले छोडेर जादा सोही बसमा मेरो झोला छुटेको र उक्त झोलामा नागरिकता, राष्ट्रिय वाणिज्य बैंक र ग्लोबल आइएमइ बैंकको चेक, राष्ट्रिय परिचयपत्र, पेन्सनपट्टा समेत रहेको हुदा फेला पार्नु हुने महानुभावले नजिकको प्रहरी कार्यालय वा निम्न ठेगानामा सम्पर्क गरिदिनुहोला।

नामः गंगाराम पोखरेल
ठेगानाः गुल्मी दरबार गाउपालिका-१, सिर्ख, गुल्मी
नागरिकता नं.: ९०४-१९८७
सम्पर्क नं.: ९८४४०८०५४१, ९८१२९७७७४६

+२ को माइग्रेशन सर्टिफिकेट हराएको सुचना

मेरो निम्न व्यहोराको +२ को माइग्रेशन सर्टिफिकेट मिति २०८२।०७।०५ गते अर्घाखाची पाणिनी क्याम्पसदेखि जिल्ला अस्पतालतर्फ जादैं गर्दा हराएको हुनाले फेला पार्नु हुने महानुभावले नजिकको प्रहरी कार्यालय वा निम्न ठेगानामा सम्पर्क गरिदिनुहोला।

नामः रोहन पौडेल
सिम्बोल नं.: २२७४५१७४
रजिष्ट्रेशन नं.: ८०३२७२५७०१६६
सम्पर्कः ९८५७०६१०७३

SHIVRAJ MUNICIPALITY

Office Of the Municipal Executive
Chandrauta, kapilvastu, Lumbini province, Nepal

Invitation For Electronic Bids

First Date of Publication: 6 Jan, 2026 (2082/09/22)

1. Shivraj Municipality Office, Chandrauta Kapilvastu invites only electronic bids from eligible bidders for the procurement of contract mentioned in table below.

Contract Identification No.	Works Description	Estimated Amount inclusive VAT and PS (NRs.)	Bid Document Fee (NRs.)	Bid Security Amount (NRs.)	Procurement Method
35/SM/SQ/UNI/082/83	Shivgadi swasthye chaukima khanepani tatha sarsafai, purwadhar nirman	1784273.74	1000	45000	SQ
36/SM/SQ/BC/082/83	Construction and maintenance of culvert	1899709.72		50000	
37/SM/SQ/SCH/082/83	Adhuro Durga bhagawati madhyamik bidhyalaya, Nepal rastriya aadharbhut bidhyalaya, Aadharbhut bidhyalaya nirman	1640202.58		40000	

2. Date of purchasing, submission and opening of bids:

Last Date of Purchase and Submission of Bids	Date of Pre-Bid Meeting	Date of Opening of Bids	Employers Bank Account for the Purchasing of Bid Documents	Employers Bank Account to Deposit Bid Security
21 jan 2026 Time: 12:00 Noon Shivraj Municipality	-	21 jan 2026 Time: 13:00 Shivraj Municipality	Nepal Bank, Chandrauta Branch, Kapilvastu 22803000001001000001 Aantarik Rajaswo khata	Nepal Bank, Chandrauta Branch, Kapilvastu 22803000003000000001 Dharauti khata

3. Eligible Bidders may obtain further information at Shivraj Municipality office, Kapilvastu, phone No; 076-540118, 076-540147, 9857014755 and email address: shivrajmunicipality@gmail.com OR may visit PPMO's web site http://www.bolpatra.gov.np/egp.

अण्डाको मूल्य घट्यो

चितवन, पुस २१ । क्रमशः अण्डाको मूल्य घटेको छ । नेपाल लेयर्स कुखुरापालक संघले फार्महरूसँग लिएको मूल्यलाई एकीकृत गरी मंगलबारदेखि लागू हुने गरी अण्डामा प्रतिक्रेट रु.९० घटाएको जनाए हो ।

फार्ममा ठुलो अण्डा रु.५६५ प्रतिक्रेट (३० वटाको) पुगेको अण्डाको मूल्य घटेर रु.४७५ मा झरेको हो । यस्तै, मिडियम अण्डाको प्रतिक्रेट रु.५५० बाट रु.४६० मा झरेको संघले जनाएको छ ।

संघका अध्यक्ष विनोद पोखरेलका अनुसार ठुला फार्म बाट दररेट लिएर समर्थन मूल्य तोकिएको हो । यससँगै उपभोक्ता मूल्य प्रतिगोटा रु.२५ बाट रु.२० मा झारिएको छ । बढ्दो जाडोसँगै उपत्यका र हिमाली भेगमा विद्यालय बन्द र गतिविधि कम भएको, पर्यटकको आगमन घट्दै गएको, अण्डाको मूल्य राम्रो पाइने आशामा कुखुरा बिक्री नगरी अण्डा उत्पादन गरिरहेकालगायत कारणले मूल्य घटेको हो ।

पहिलेको तुलनामा हाल खपत कम र उत्पादन बढी भएको उल्लेख गर्दै अध्यक्ष पोखरेलले जाडो कम हुँदै गएर जनजीवन सहज भएसँगै पुनः अण्डाको माग बढ्ने बताए । 'अण्डाको उत्पादन लागत मूल्य प्रतिगोटा १९ रुपैयाँ १२ पैसा पर्न आउँछ ।

यसलाई हिसाब गर्दा किसानको लागत मूल्य प्रतिक्रेट ५७४ रुपैयाँ छ पैसा पर्न आउँछ । लागत मूल्य नजिक पुगेको अवस्थामा पुनः अण्डाको मूल्य घटेपछि किसानलाई थप नोक्सान हुनेभएको छ,' उनले भने । संघले बजारको अवस्थाअनुसार अण्डाको समर्थन मूल्य तलमाथि गर्ने गरेको छ ।

कपिलवस्तुमा विद्यार्थी बोकेको बस सडकमै पल्टियो

बुटवल, पुस २१ (मेसस) । कपिलवस्तुको मायादेवी गाउँपालिका-३ मा स्कुल बस दुर्घटना हुँदा ७ विद्यार्थी घाइते भएका छन् । पालिकाको बर्सौलीस्थित फूलिका बर्सौली भित्री सडक खण्डमा सोमबार सनलाइट इङ्लिस बोर्डिङ स्कुलको लु १ क ५७२२ नं. को बस पल्टिएर उत्तानो परेको थियो । दुर्घटनामा घाइते भएकाहरूको अवस्था सामान्य रहेको प्रहरीले जनाएको छ । दुर्घटनामा प्रास्नु पाल, अनिता बराई, विशेष थारू, अमन यादव, सुदीप यादव, आइसा भट्टराई, गुन्जा कहार घाइते भएका छन् । कपिलवस्तु प्रहरी प्रमुख सन्तोष आचार्यले घाइतेको अवस्था सामान्य रहेको र फरार चालकको खोजी भइरहेको बताए । दुर्घटना गाडीको स्टेरिङ फेल भएर हुन पुगेको बताइएको छ ।

गुल्मीमा युवक मृत फेला

गुल्मी, पुस २१ । गुल्मीको मदाने गाउँपालिकामा एक युवक मृत फेला परेका छन् । मदाने-६ न्वारा निवासी ३३ वर्षीय टुकबहादुर परियार मृत अवस्थामा फेला परेका प्रहरीले जनाएको छ । इलाका प्रहरी कार्यालय पुर्कोटदहका अनुसार सोमबार बिहान करिब ९ बजे स्थानीयले मानिस मृत अवस्थामा रहेको जानकारी गराएपछि प्रहरी टोली घटनास्थल पुगेको थियो ।

टुकबहादुर आइतबार न्वारास्थित आफन्तकोमा गएका थिए । त्यहाँ उनका आफन्तको मृत्यु भएको थियो । सोही दिन राति करिब साढे १० बजे घर फर्कने क्रममा गोरेटो बाटोबाट करिब १२/१५ मिटर तल मोटरबाटोमा खसेको अवस्थामा फेला परेका थिए । जिल्ला प्रहरी कार्यालय गुल्मीबाट प्रहरी निरीक्षक पर्वतकुमार केसीको कमाण्डमा खटिएको टोलीले घटनाबारे थप अनुसन्धान सुरु गरेको प्रहरीले जनाएको छ ।

जिल्ला सहकारी संघ गुल्मीको साधारणसभा

खगुल्मी, पुस २१ (मेसस) । जिल्ला सहकारी संघ गुल्मीको ३२ औँ वार्षिक साधारणसभा विभिन्न कार्यक्रमका साथ सम्पन्न भएको छ । सभामा थापाले आर्थिक वार्षिक प्रगती प्रतिवेदन प्रतिवेदन प्रस्तुत गरेका थिए । सहकारी क्षेत्र हाल जटिल र चुनौतीपूर्ण अवस्थाबाट गुज्रिरहेकोले सहकारीहरू स्वनियमन, स्वनियन्त्रित र पारदर्शी रूपमा सञ्चालन गर्नुपर्नेमा थापाले जोड दिए । साथै सहकारी राष्ट्रिय नियमन प्राधिकरणले अन्धाधुन्ध कानुन निर्माण गर्दा धेरै सहकारी जोखिममा परेकोले स्थानीय सरकारसँग समन्वयको अभाव, नीतिगत अस्पष्टता र केन्द्रीय निकायको अत्यधिक कडाइका कारण सहकारीको भविष्य अन्योलमा परेको उनले टिप्पणी गरे । कार्यक्रममा संघका उपाध्यक्ष सोमनाथ सापकोटाले सहकारी आन्दोलनलाई व्यवसायिक, उत्पादनमुखी र सहकार्यमा आधारित बनाउनुपर्ने आवश्यकता औंल्याए ।

वित्तीय पहुँचलाई उत्पादनमा लगानी गर्नुपर्ने, कृषि उत्पादन, प्रशोधन र बजारीकरणमा सहकारीहरू सक्रिय हुनुपर्ने उनको जोड थियो । । राष्ट्रिय सहकारी

बैंक लुम्बिनी प्रदेश प्रमुख नारायण बेल्वासेले सहकारीसम्बन्धी प्रशिक्षण प्रस्तुत गरे थिए । बेलबासेका अनुसार नेपालमा हाल ३२ हजार ९ सय ६५ सहकारी संस्था सञ्चालनमा रहेका छन् । ती संस्थामार्फत १० हजार ३ सय ६५ जनाले प्रत्यक्ष रोजगारी पाएको बेलबासेले बताए । बचत तथा ऋण सहकारी संघका अध्यक्ष श्यामकुमार पाण्डेले सुशासन भनेको असल पद्धति भएको उल्लेख गर्दै शेयर सदस्यको अपेक्षाअनुसार काम गर्नु नै सहकारीको अनुशासन र मूल्य-मान्यता भएको बताए ।

साधारण सभामा लेखा सुपरिवेक्षण समिति संयोजक गोपालप्रसाद पाण्डेले लेखा प्रतिवेदन प्रस्तुत गरे । साथै उत्कृष्ट कार्य गर्ने दुई सहकारी संस्था र दुई जना व्यवस्थापकलाई सम्मान गरिएको संघका व्यवस्थापक युवराज आचार्यले जानकारी दिए । यस वर्ष उत्कृष्ट सहकारीका रूपमा स्वावलम्बन महिला बचत तथा ऋण सहकारी संस्था र उज्यालो बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्था लिमिटेड सम्मानित भएका छन् । उत्कृष्ट कर्मचारीतर्फ जिल्ला सहकारी संघका व्यवस्थापक युवराज आचार्य र गुल्मी युनाइटेड बचत तथा ऋण सहकारीकी कम्प्युटर सहायक सावित्रा पाण्डेलाई दोसल्ला, प्रमाणपत्र तथा नगदसहित सम्मान गरिएको थियो । यस्तै, मदाने गाउँपालिका सिर्सेनीका कफी कृषक मेघराज अर्याल र रेसुंगा नगरपालिका-१० सिमिचौरकी मन्जु केसीलाई कफी उत्पादनमा योगदान पुऱ्याएको भन्दै सम्मान गरिएको थियो ।

दोस्रो राष्ट्रिय आर्थिक गणनाको तयारी

आगामी चैतदेखि असारसम्म देशैभर तथ्याङ्क सङ्कलन गरिने

काठमाडौँ, पुस २१ । देशको समग्र आर्थिक अवस्थाको तथ्याङ्कीय माध्यमबाट यथार्थ चित्र प्राप्त गर्न सरकारले दोस्रो राष्ट्रिय आर्थिक गणना, २०८२ सञ्चालन गर्ने भएको छ । राष्ट्रिय आर्थिक गणना, २०८२ को कार्यतालिका, लोगो र नारा सार्वजनिक गर्न सोमबार आयोजित कार्यक्रममा राष्ट्रिय तथ्याङ्क कार्यालयले आगामी वर्षको असारसम्म तथ्याङ्क सङ्कलन सम्पन्न गर्ने लक्ष्य लिएको जानकारी गराएको हो । 'अर्थतन्त्र मापनका लागि आर्थिक गणना' भन्ने मूल नाराका साथ जिल्लास्तरमा जिल्ला आर्थिक गणना कार्यालय स्थापना गरी २०८२ चैत १ देखि २०८३ असार मसान्तसम्म देशैभर तथ्याङ्क सङ्कलन सम्पन्न गर्ने लक्ष्य लिएको छ ।

कार्यालयका प्रवक्ता तथा उपप्रमुख तथ्याङ्क अधिकारी ढुण्डिराज लामिछानेका अनुसार गणनाबाट प्राप्त विवरणका आधारमा आर्थिक वर्ष २०८३/८४ को सुरु अवधिदेखि नै यसका नतिजाहरू क्रमशः सार्वजनिक गरिने छ । उनका अनुसार यो गणना मुलुकको आर्थिक नीति, योजना तथा विकास रणनीति निर्माणका लागि आधारभूत र भरपर्दो तथ्याङ्क उपलब्ध गराउने महत्त्वपूर्ण कार्यका रूपमा रहेको छ । राष्ट्रिय आर्थिक गणनाबाट उद्योग, व्यापार, व्यवसाय, सेवा क्षेत्र, सहकारी तथा निजी-सार्वजनिक संस्थाहरूको संख्या, प्रकार, लगानी, रोजगारी, उत्पादन र सेवा प्रवाहसम्बन्धी विवरण सङ्कलन गरिने मूल उद्देश्य लिइएको तथ्याङ्क अधिकारी लामिछानेको भनाइ छ ।

गणनाको उद्देश्य र महत्वबारे प्रकाश पार्दै प्रमुख तथ्याङ्क अधिकारी डा.कमलप्रसाद पोखरेलले आर्थिक तथ्याङ्कको संस्थागत मजबुत आधार निर्माणमा यो गणनाले महत्वपूर्ण भूमिका खेल्ने बताए । उनले भने,'राज्यले तय गर्ने अल्पकालीन तथा दीर्घकालीन आर्थिक योजना, लगानी प्रवर्द्धन र रोजगारी सिर्जनामा आवश्यक महत्त्वपूर्ण योगदान पुऱ्याउने र विवरण प्राप्त गर्ने अपेक्षा गरिएको छ । यो गणना देशको आर्थिक तथ्याङ्कको विश्वसनीय पद्धति विकासको आधारस्तम्भका रूपमा लिइएको छ ।' यस गणनाका आधारमा देशको कुल गार्हस्थ्य उत्पादनका अनुमानहरू सुदृढीकरण गर्ने, राष्ट्रिय लेखाका आधार वर्ष परिवर्तन गर्न आवश्यक तथ्याङ्क उत्पादन गर्ने र सरकारले तय गर्ने नीतिनिर्माण र योजना तर्जुमा गर्न तथा नीतिमार्फत लिएका लक्ष्यहरूको मापनमा सहयोग गर्ने अन्य उद्देश्य रहेका छन् ।

सरकारले २०७५ सालमा पहिलो राष्ट्रिय आर्थिक गणना सम्पन्न गरेको थियो । उक्त तथ्याङ्कमा देशैभर नौ लाख २३ हजार ३५६ प्रतिष्ठान/व्यवसायहरू गणना गरिएका र ती प्रतिष्ठानहरूमा जम्मा ३२ लाख २८ हजार ४५७ मानिसहरू संलग्न रहेका पाइएको थियो । साथै प्रतिष्ठान/व्यवसायहरूमा करिब ३० प्रतिशत महिला व्यवस्थापक रहेका विवरणहरू सार्वजनिक

भएका थिए भने उक्त गणनाले औपचारिक र अनौपचारिक प्रतिष्ठानहरूको संख्या बराबरी जस्तो रहेको देखाएको थियो ।

देशको अर्थतन्त्रको आकार तय गर्ने प्रयोजनका लागि समग्र आर्थिक क्रियाकलापहरूलाई अन्तर्राष्ट्रिय औद्योगिक वर्गीकरणअनुसार २१ भागमा विभाजन गरी ती क्षेत्रले अर्थतन्त्रमा पुऱ्याएको योगदान मापन हुँदै आएको छ । यस राष्ट्रिय आर्थिक गणनामा ती २१ वटा वर्गीकरणमध्ये विभिन्न १८ वटा क्षेत्रको आधारभूत विवरण सङ्कलन गरिनेछ । गणनामा देशैभर रहेका दर्ता भएका/नभएका ठुला वा साना व्यापार/प्रतिष्ठान, रोजगारीका हिसाबले धेरै रोजगारी दिएका वा स्वरोजगार मात्रै भएका, उद्योग, कलकारखाना, व्यापार-व्यवसाय, गैरसरकारी संख्संस्था, सरकारी संस्थान, सरकारी वा निजी विद्यालय, अस्पताल आदि आर्थिक क्रियाकलाप गरिरहेका एकाइमा गणना सञ्चालन गरिनेछ । यद्यपि अन्तर्राष्ट्रिय संघंस्था, कूटनीतिक नियोग, प्रशासनिक क्रियाकलाप र नियमनकारी कार्य गर्ने सरकारी कार्यालय, सुरक्षा निकायहरू, सामान्य घरायसी क्रियाकलाप गरिने कार्य र क्षेत्र भने यो गणनामा समेटिने छैन । प्रवक्ता लामिछानेका अनुसार यस गणनामा २०८२ को फागुनसम्म गणनाको पूर्वतयारीका सम्पूर्ण कार्यहरू सम्पन्न गरी चैत १, २०८२ देखि देशैभरका ७७ जिल्ला र सात थप गरी ८४ वटा जिल्ला आर्थिक गणना कार्यालयहरू स्थापना गरिनेछ । यसका साथै २०८३ को असार मसान्तसम्ममा सबै कार्यालयहरू बन्द गरिनेछ । गणनाका लागि मुख्य प्रश्नावली, अधिकृत पुस्तिका, गणना पुस्तिका लगायतका गणना सामग्री निर्माणको कार्यलाई सञ्चालन गरिएको छ ।

विसं. २०८२ फागुन मसान्तसम्म केन्द्रस्तरमा जनशक्ति व्यवस्थापनका कार्यहरू गरिनेछ भने जिल्लामा रहने जिल्ला आर्थिक गणना कार्यालयमा स्थायी कर्मचारी र स्थलगत कार्यका लागि करारमा सुपरिवेक्षक तथा गणक खटाउने व्यवस्था गरिएको छ । आगामी चैत ३० गतेसम्म विभिन्न चरणमा गरी मुख्य प्रशिक्षक तालिम, अधिकृत तालिम र सुपरिवेक्षक तथा गणक कर्मचारीको तालिम सम्पन्न गरिनेछ । यस लगत्तै तथ्याङ्क सङ्कलनका लागि २०८३ वैशाख २ देखि असार ७ गतेसम्म तालिम प्राप्त गणक तथा सुपरिवेक्षकहरू स्थलगत रूपमा खटिनेछन् ।

रुपन्देहीलाई दुई दिवसीय टेष्ट सिरिज

भैरहवा, पुस २१ (मेसस) । रुपन्देही क्रिकेट संघको आयोजनामा भैरहवामा जारी 'पवनकुमार सेठिया स्मृति क्रिकेट प्रतियोगिता' अन्तर्गत दुई दिवसीय टेष्ट रुपन्देही-११ ले हात पारेको छ । रुपन्देहीले त्रिभुवन आर्मी क्लब 'ए'लाई १ सय १ रनले पराजित गर्दै जित निकालेको हो ।

आइतबार रुपन्देहीले पहिलो इनिङमा १ सय २२ रन बनाएको थियो भने आर्मीले दुई १ सय ५५ रन बनाएको थियो । यसक्रममा आर्मीका जितेन्द्रसिंह ठकुरी ५८ रनमा अविजित रहेका थिए ।

सोमबार भएको दोस्रो इनिङमा रुपन्देहीले २ सय ५ रन बनाएर पारी घोषित गऱ्यो । जसमा देव खनालले ७८ र प्रज्वल थापाले नटआउट ४२ रन बनाए । बलिङमा आर्मीका अनिश धामी र पारससिंह धामीले २-२ विकेट लिए । आर्मीले पहिलो दिन १६ रनले अग्रता लिए पनि दोस्रो दिन रुपन्देहीले दिएको १ सय ७३ रनको लक्ष्य पछ्याउने क्रममा ७१ रनमा अलआउट भयो । रुपन्देहीको इनिङ सुरु हुनु अघि आर्मीले ३३ रनले अग्रता लिएको थियो । आर्मीका प्रदीप पेलाले २१, जितेन्द्रसिंह ठकुरीले १७ र प्रदीप सिंह चाइसिरले १६ रन बनाए । बलिङमा रुपन्देहीका सन्देश थापा र अजयकुमार चौहानले ३-३ तथा सुरज खड्का र विशाल भुसालले १-१ विकेट लिए । अजयकुमार चौहान म्यान अफ द म्याच घोषित भए ।

नेपालमै पहिलोपटक तीनवटा फर्म्याटमा दुई टीमबीच प्रतिस्पर्धा भइरहेको हो । दुई दिवसीय टेष्ट सकिएसँगै मंगलबारबाट वनडे सिरिज हुनेछ । प्रतियोगितालाई भैरहवाका व्यवसायी हरिष सेठिया र सुनिल सेठियाले आफ्ना बुवा स्वर्गीय पवनकुमार सेठियाको स्मृतिमा मुख्य प्रायोजन गरेका छन् । प्रतियोगितामा विजेता टीमले ट्रफी, मेडल र प्रमाण पत्र प्राप्त गर्नेछन् । यस्तै, म्यान अफ द सिरिजले ५ हजार र प्रत्येक खेलको म्यान अफ द म्याचले २ हजार रुपैयाँ प्राप्त गर्ने छन् । यी दुबै पुरस्कार भैरहवाको लुम्बिनी नेत्रालय प्रालिले प्रायोजन गरेको छ । प्रतियोगिता संयोजक प्रथम पराजुलीलका अनुसार पुस २३, २५ र २७ गते ओडीआई, २९, ३० र माघ १ गते टी-ट्वान्टी क्रिकेट सिरिज हुनेछ ।

Bardaghat Municipality
Office of the Municipal Executive
Bardaghat, Nawalparasi (Ba. Su. West), Lumbini Province, Nepal
INVITATION FOR BIDS (EBIDDINGONLY)
Publication Date: 2026/01/06 (22th of Poush, 2082 BS)

1. Bardaghat Municipality, Office of the Municipal Executive invites electronic bids from eligiblebidders for the following work.

S. N.	Contract No.	Description of works	Bid validity period / Bid security validity	Estimated Amount Without VAT & Contingencies	Bid Security Amount	Bid Document Fee
1	BAR/SQ/ Works/ 22/082/083	Blacktopping of the road from the residence of Dev Bahadur to the Ward Office road, Ward No. 01; re-pitching of the road towards the western side from TrinetraChowk and completion of the partially blacktopped road in front of the residence of Shishir B.K., Ward No. 14	45/75 days	16,30,494.24	41,000	1,000

Account No. for bid document purchase fee:	Account No. for bid security deposit:
Name of Bank: NIC ASIA Bank Ltd., Bardaghat, Nawalparasi, Name of Office: Bardaghat Municipality, Bardaghat, Account Number (AntarikRajaswo): 0832050028211002	Name of Bank: NIC ASIA Bank Ltd., Bardaghat, Nawalparasi Name of Office: Bardaghat Municipality, Bardaghat Account Number (DharautiKhata): 8341498482524004
Deadline of bid submission 2026/01/21till 12:00 Noon	Date and time of bid opening 2026/01/21at 1:00 PM

Eligible Bidders may obtain further information and inspect the Bidding Documents at the office of Bardaghat Municipality, Bardaghat, Nawalparasi, Website: www.bardaghatmun.gov.np, PPMO website: www.bolpatra.gov.np/egp Email Id: bardaghatmunicipality@gmail.com, Tel: 078-580210, 078-580407.

Chief Administrative Officer

बुद्ध...

उनले आफ्नो लेख 'द मार्कर स्टोनः द एक्ज्याक्ट बर्थप्लेस अफ लर्ड बुद्ध' र 'सबैभन्दा पुरानो बौद्ध तीर्थस्थलः बुद्धको जन्मस्थल लुम्बिनीको उत्खनन (२०१३)' मा 'जन्मस्मारक शिला' सम्राट अशोक लुम्बिनीको तीर्थाटनमा हुनुभन्दा अघिदेखि नै सोही स्थानमा रहेको दाबी गरेका छन् ।

यस्तै, दुर्हम विश्वविद्यालयका प्राध्यापक राँबिन कनिङ्घमले इसापूर्व छैटौँ शताब्दीअघि नै त्यहाँ धार्मिक संरचना रहेको दाबी गर्दै यसलाई विश्वकै सबैभन्दा पुरानो बौद्ध स्मारकका रूपमा व्याख्या गरेका छन् ।

उनले 'द आर्किओलोजी अफ साउथ एसियाः फ्रम द इन्डुस टू अशोका' लगायत शोधका क्रममा 'मार्कर स्टोन'मुनि भेटिएका काष्ठ संरचनाका अवशेषहरू (पोस्ट-होल्स) अध्ययनका आधारमा त्यस्तो निष्कर्षमा पुगेको उल्लेख गरेका छन् । प्राध्यापक कनिङ्घमका अनुसार उत्खननका क्रममा भेटिएका भग्नावशेषले सम्राट अशोक आउनुभन्दा धेरै पहिलेदेखि नै यो स्थान एउटा महत्वपूर्ण धार्मिक केन्द्र रहेको प्रमाणित गरेका छन् । चिनियाँ तीर्थयात्रीहरू फा-हियान (सन् ४०३) र ह्वेन साङ (सन् ६३६) ले पनि आफ्नो यात्रा संस्मरणमा बुद्ध जन्मस्थलको विशेष चिह्न 'जन्मस्मारक शिला' बारे उल्लेख गरेका छन् ।

स्थानीय बासिन्दाका लागि यो शिला उनीहरूको पुर्ख्यौली विश्वासको एउटा जीवन्त दस्तावेजका रूपमा रहेको छ । मायादेवी मन्दिरका पुस्तैनी पुजारी स्व गङ्गाप्रसाद पाण्डेका छोरा एवं बौद्ध भिक्षु विवेकानन्दले भने,'हाम्रा पुर्खाहरूले यहाँ केही पवित्र चीज छ भन्नुहुन्थ्यो, उत्खननपति जब त्यो शिला देखियो, तब कति पुण्य भूमिमा रहेछौँ भन्ने महसुस भयो ।

यो शिला केवल अनुसन्धानको विषय नभई विश्वभरका बौद्धमार्गीहरूको आस्थाको जीवित दस्तावेज हो ।' हाल शिलालाई मायादेवी मन्दिरभित्र विशेष 'बुलेटप्रुफ' सिसाको बाकसमा सुरक्षित राखिएको छ । मन्दिरभित्रको आर्द्रता तथा हानिकारक ग्यासले शिलालाई क्षति नपुगोस् भनेर चौबीसै घण्टा प्राविधिकहरूबाट निगरानी गर्ने व्यवस्था मिलाइएको छ । पुरातत्व विभागले पनि यसको सुरक्षा नेपालको मात्र नभई सम्पूर्ण मानव सभ्यता र विश्वसम्पदाको संरक्षणका लागि एउटा ठूलो जिम्मेवारीका रूपमा अर्थ्याउने गरेको छ ।

लुम्बिनी सांस्कृतिक नगरपालिकाकी कार्यबाहक प्रमुख कल्पना हरिजनले जन्मस्मारकमा रहेको शिला स्थानीयका लागि गौरवको सम्पदा रहेको बताइन् ।

उनले भनिन्,'ऐतिहासिक रूपमा तत्कालीन लुम्बिनीवासीले बुद्ध जन्मविन्दुलाई सधैँका लागि पहिचान भइराखोस् भनेर नजिकैको तेलार नदीबाट बलौटे ढुङ्गा ल्याएर चिनोका रूपमा राखेको इतिहास छ । त्यसैलाई सम्राट अशोकले संरक्षण प्रदान गरेको भनिन्थ्यो, त्यो प्रमाणित भएको छ ।' लुम्बिनी विकास कोषका उपाध्यक्ष एवं बौद्ध भिक्षु डा.ल्हारक्याल लामाले बुद्ध जन्मस्मारक शिला बौद्धमार्गीहरूको ऐतिहासिक आस्थाको भौतिक प्रमाण रहेको बताए । उनले भने,'यो मौन शिलाले विगत दुई हजार छ सय वर्षको इतिहासलाई बोल्ने मात्रै होइन, त्यसलाई सुरक्षित राखेर विश्वलाई शान्ति, सत्य र अहिंसाको मार्ग देखाइरहेको छ ।'

ट्वाइलेट सफा गराउनु परेमा
सेफ्टी टंकी, रिङ्ग सफा गर्नु परेमा तथा सेनेटरी सम्बन्धी कुनै पनि काम गर्नु परेमा हामीलाई सम्पर्क गर्नुहोला।
गगन सेनेटरी
बुटवल, ८, सुख्खानगर, रुपन्देही
फोनः ९८६७०२१६१४, ९८१५४४७६४८
९८०४४१३२८७, ९८१६४६४१७२

ट्वाइलेट सफा गराउनुहोस्
के तपाइको घरको शिट, नाली, जाम भयो भने चिन्ता नलिनुहोस र सेनेटरी जगतमै बढी क्षमता, अत्याधुनिक प्रविधि, पावर फ्ल रोटर भ्याकुम पम्प, विजुली नचाहिने एक मात्र सेनेटरीलाई सम्पर्क गर्नुहोस् । लोडसेडिङको बेला पनि सेवा दिइनेछ ।
तिनाउ सेनेटरी
ट्याक्सी रिजर्वको लागि पनि सम्पर्क गर्नुहोला ।
बुटवल, १०, सुख्खानगर, रुपन्देही
फोनः ९८५७०५८८१३, ९८०७१८०८१३

ट्वाइलेट सफा गराउनुहोस्
सेफ्टी टंकी, रिङ्ग सफा गर्नु परेमा तथा सेनेटरी सम्बन्धी कुनै पनि काम गर्नु परेमा हामीलाई सम्पर्क गर्नुहोला।
पाल्पाली मगर सेनेटरी
बुटवल, १७, मोतीपुर, रुपन्देही
फोनः ९८६७१२२३५५, ९८१२९६३२२५,
९८२४४७७७७०

मेचीकाली सन्देश प्रकाशन प्रा.लि. बुटवलद्वारा प्रकाशित मेचीकाली सन्देश राष्ट्रिय दैनिकका लागिः अध्यक्ष- होमराज बस्याल, प्रधान सम्पादक- बसन्तराज खनाल, कार्यकारी प्रमुख- विष्णु गैरे
प्रधान कार्यालयः बुटवल-९, मिलनचोक, रुपन्देही, फोनः ०७१-५३६००५, ५३१५२१ (प्रशासन/विज्ञापन), ५५४०८८ (सम्पादन), Email:mechikalidaily@gmail.com (News), mechikaliadd@gmail.com (Advt.) Website: www.mechikalinews.com,मुख्य शाखा कार्यालयः भैरहवा फोनः ०७१-५७६१३६

शिलबन्दी दरभाउ पत्र प्रक्रियाबाट वन पैदावार लिलाम बिक्री सम्बन्धी सूचना

दोस्रो पटक सूचना प्रकाशित मितिः २०८२/०९/२२ गते

डिभिजन वन कार्यालय बाँकेको च.नं १४६६ मितिः २०८२/०८/०६ गतेको बाह्य लिलाम सहमति बमोजिम यस समुहको मिति २०८२/०८/२४ गतेको पहिलो पटक प्रकाशित सूचना अनुसार समूहको घाटगद्दीमा रहेका साल, कर्मा, टिकर्मा, कुम्भि, बर्रो, पानन, प्यारी, झींगट, दवदवे, बोटधगेरो, कुसुम जातका कुल जम्मा गोलिया थान ७८५ को ५७२६.०६ क्यू.फिट काठ तथा अन्य जातको २५ चट्टा दाउरा विविध कारणवश लिलाम हुन नसकी बाँकी रहेकोले उल्लेखित परिमाणको काठ दाउरा हाल जे-जस्तो अवस्थामा छ, सोही अवस्थामा आफ्नै खर्चमा उठाई लैजानुपर्ने गरि लिलाम बिक्री गर्नु पर्ने भएकाले दोश्रो पटक यो सुचना प्रकाशित गरिएको हो। इच्छुक वन पैदावरको लिलाम बिक्रीमा भाग लिनका लागि डिभिजन वन कार्यालयमा सुचीकृत भएका स:मिल वा कम्पनीले यो दोश्रो पटक सूचना प्रकाशित भएको मितिले १५ (पन्ध्र) दिन भित्र सिलबन्दी बोलपत्र खरिद गरी १६ औं दिनको दिउसो ३ बजे भित्र दाखिला गर्न आहवान गरिन्छ। यस सम्बन्धी बिस्तृत जानकारीको लागी यस सामुदायिक वन उपभोक्ता समूहको कार्यालयमा सम्पर्क राख्न सकिनेछ। पुर्ण व्यहोराको सूचना यस सामुदायिक वन उपभोक्ता समूहको कार्यालयको सूचना पाटिमा टाँस गरिएको छ।

श्री कोटहिदेवी युवा प्रगति सामुदायिक वन उपभोक्ता समूह

राप्तीसोनारी गा.पा-०२, बाँके