परिवर्तनको लागि
क्राईम अपरेशन
CRIME OPERATION साप्ताहिक

❑ वर्ष १० ❑ अंक १४ २०७८ कार्तिक २१ गते आईतवार Sunday 7, NOV 2021 ❑ पृष्ठ: ६, ❑ मूल्य रु. १०/-

पानीको सही सदुपयोग गरौं । पानी महसुल समयमै तिरी अनावश्यक जरिवानाबाट बचौं ।

नेपाल खानेपानी संस्थान शाखा कार्यालय देवकोटा चौक विराटनगर

तराई मधेशमा बसोवास गर्ने पिछडा वर्गमा पर्ने जाति, मधेशी दलितमा पर्ने जाति, मधेशी आदीवासी जनजातिमा पर्ने जाति र उच्च वर्गमा पर्ने जातिहरुले दाजुभईलाई टिका लगाउन आगनमा यसै प्रकारको चौका वनाएरटीकालगाउने प्रचलन रहेको छ । फोटो : अमिता शर्मा

खोलाको तटबन्ध पुन : निर्माण गर्दा करीब ४५ करोड भन्दा बढी लाग्ने अनुमान

बिराटनगर । बेमौसमी झरीका कारण आएको बाढीले मोरंगको बक्राह, डायस, चिसाङ्ग, लोहन्द्रा लगायतको खोलामा बाढी नियन्त्रणको लागि बनाईको संरचना भत्किएपछि त्यसलाई पुन: निर्माण गर्न करीब ४५ करोड लाग्ने अनुमान गरिएको छ ।

कोशी तथा बक्राहा नदी व्यवस्थापन आयोजना मोरंगका प्रमुख कैलाश श्रेष्ठका अनुसार बेमौसमी झरीका कारण नदीमा आएको बाढीले तटबन्ध गायतको संरचना भत्काउनुका साथै धरै ठाउँमा अवादी जमीन समेत कटान गरेको ती कटानहरुमा तटबन्ध लगायतको संरचना पुन:निर्माण गर्दा ३ वर्ष लाग्ने वताए । समयमै संधिय तथा प्रदेश सरकारवाट रकम निकाशा भए सो संरचना निर्माण हुन अन्यथा अझ क्षति बढ्न सक्ने वहांको भनाई छ ।

बाढीका कारण बक्राहा नदीले सुनवर्सी नगरपालिका वडा नं. ७ चैतामा ४ सय मिटर तटबन्ध, वडा नं. २ को कैमीमा २ सय ५० मीटर, वडा नं. ३ वामनडोकमा ३ सय ५० मिटर भत्किएको छ ।

त्यसैगरी मिक्लाजुङ्ग गाउँपालिकाको वडा नं. ६ शान्ति टोलमा २ सय २० मिटर, पथरी शनिश्चरे नगर पालिका वडा नं. ५ पौडेल चौक पुर्व २ सय ३० मिटर लगायत १४ ठाउँमा गरी जम्मा ५ किलो मिटर दुरीको क्षति भएको छ ।

सोही बाढीले जहदा गाउंपालिका वडा नं. २ मझारे टोलमा २ सय ५० मिटर, धनपालथान गाउँपालिका वडा नं. ५ खवास टोलमा २ सय ३० मिटर, लगायत १५ ठाउँमा गरी जम्मा ३.८ किलोमिटर क्षति भएका छ ।

चिसाङ्ग खोला तर्फ बेलवारी नगरपालिका वडा नं. ८ मिलन चौकमा २ सय ५ मिटर, लेटाङ्ग

वाँकी अन्तिम पेजमा...

बिरामी मैत्री आर्या अस्पताल संचालनमा

विराटनगर । न्यूरो सर्जरीमा नाम कमाएका डा.पंकज नेपाल अस्पतालका प्रबन्धक निर्देशक र डा.अर्जना चौधरी अध्यक्ष तथा अस्पताल व्यवस्थापनमा अनुभव प्राप्त दिनेश ठाकुरको टिमले बिरामी मैत्री आर्या न्यूरो हस्पिल संचालनमा ल्याएको छ ।

विराटनगर महानगर पालिका वडा नं. ३ विराटनगर-धरान सडक खण्डको कन्चनवारी चौकमै प्रदेश सरकारको सम्वन्धनमा २५ शैयाको हस्पिटल बुधवार देखि संचालनमा ल्याएको हो ।

उक्त अस्पतलामा न्यूरो, हार्ड जोर्नी, नाक कान घाँटी, दन्त रोग, जेनरल तथा ल्यापरोस्कोपिक सर्जरी, फिजिसियन, फिजिओथेरापी, आई सि यू तथा भेन्टिलेटर, सिटि स्कान, एम आर आई लगायतका सम्पूर्ण सेवाहरु उपलब्ध हुने छ ।

अस्पतालले दिईने सम्पूर्ण सेवाको बारेमा अस्पताल प्रशासनले छुटै निर्देशिका तयार गरेको छ जुन अन्यन्त बिरामी मैत्री छ । बिरामीको उपचार गर्दा उक्त निर्देशिका अनुसार नै उपचार गर्नुपर्ने हुन्छ जसलाई मेडिकल भाषामा 'स्टेन्डर ट्रीटमेन्ट प्रोटोकल' भनिन्छ । यस प्रणाली अनुसार उपचार गरेमा कुनै पनि बिरामी अनाबश्यक आर्थिक भार तथा झन्झट बच्न सकिने सकिने व्यवस्थापक ठाकुरले पत्रकार सम्मेलनमा बताए ।

डा.उपेन्द्र देवकोटासँगै काम गरेर अनुभव प्राप्त गरेका डाक्टर नेपालले आफ्नै लगानीमा न्यूरो अस्पताल संचालनमा ल्याएपछि विरामीलाई कम खर्च गराएर बढी सेवा दिने लक्ष्य लिएका वहांको भनाई थियो ।

साढे तनि लाख बराबरको अबैद्ध पटाका नष्ट

बिराटनगर, कार्तिक १४ गते । जिल्ला प्रहरी कार्यालय मोरंगको कम्पाउण्ड भित्र करीब साढे तीन लाख बराबरको अवैद्ध पटाका नष्ट गरिएको छ ।

जिल्ला प्रहरी कार्यालय मोरंग र मातहतका प्रहरी कार्यालयहरुले विभिन्न समयमा नेपाल भारतको खल्ला सिमानाकाबाट नेपाल भित्रियाउने क्रममा बरामद गरिएको थियो । वडा दशै, तिहार र छठ पर्व लक्षित गरी व्यापारीहरु र मनोरंजनको लागि यूवाहरुले भारतवाट पटाका नेपाल भित्रियाउने गरिन्छ ।

बरामद गरिएको पटाकाको मुल्य ३ लाख ३४ हजार ८ सय बराबरको पटाकाहरु स्थानीय जनप्रतिनिधीको रोहवरमा खाल्डो खनेर सो खाल्डोमा पटाकाहरु नष्ट गरी पुरिएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय मोरंगले जनाएको छ ।

ज्यान गुमाएका परिवारलाई चेक हस्तान्तरण

बिराटनगर । वेमौसमी बाढीले बगाएर मृत्यु भएका विराटनगर महानगर पालिका वडा नं. १ निवासी २१ वर्षीय सञ्जित कामतको आफन्तलाई काजकिरिया खर्चका वापत ५० हजारको चेक हस्तान्तरण गरिएको छ ।

बिराटनगर महानगरपालिका अन्तर्गतको विपद समितिको बैठकबाट कात्तिक २ र ३ गते परेको वेमौसमी अविरल वर्षाका कारण आएको बाढीबाट मृत्यु भएकाहरुको परिवारलाई किरिया खर्च वापत जनही ५० हजार उपलब्ध गराउने निर्णय गरेको थियो ।

उक्त निर्णय अनुसार सो रकमको चेक विराटनगर महानगर पालिकाका मेयर भीम पराजुलीले कामतको घरैमा पुगेर उनका बुवा बैजनाथ कामतलाई चेक हस्तान्तरण गरेको हो ।

डुबानमा परेको घरभित्रबाट सामान निकाल्ने क्रममा सिंघिया खोलाको बाढीले कामतलाई बगाएको थियो । तीन दिनपछि उनको शव परोपकारघाट छेउमा फेला परेको थियो ।

चेक हस्तान्तरणको अवसरमा मेयर पराजुलीले भने जीवनको अगाडि पैसाको मूल्य नभएपनि मजदूरी गरेर खाने कामतका परिवारलाई काजकिरियाका लागि प्रदान गरिएको रकमले केहि मद्दत मिल्ने वहांको भनाई थियो ।

बिराटनगर महानगर पालिकाको पुर्वमा सिंघिया खोला र पश्चिममा

वांकी अन्तिम पेजमा...

न्यायालय...

समेतको निष्कर्ष सर्वथा नाजायज भन्न मिल्दैन ।

यसरी प्रधानन्यायाधीशकै कारण न्यायपालिकामाथि संकट आइपरेकोले उनले राजीनामा गरेर एक कदम पछि हटेर न्यायालयको साख जोगाउनु तात्कालिक समाधान हुन सक्दछ । यसैगरी दीर्घकालीन समाधानका रूपमा संविधान निर्माण गर्दाका बखत गरिएको गल्ती वा गर्न नसकिएको मामला न्यायाधीशहरूको पुनर्नियुक्तिको प्रक्रिया थालेर योग्यहरूको निरन्तरता र अयोग्यहरूको बिदाइका माध्यमबाट न्यायालयको शुद्धीकरण गर्न अब ढिला गर्न हुँदैन ।

त्यसैगरी अदालतलाई एकात्मक नै राखिराख्ने गल्ती जो हिजो गरियो त्यसैको परिणाम आज मुलुकले भोग्दैछ भन्ने कुरालाई आत्मसात् गर्दै अदालतको संघीयकरणको प्रक्रिया थाल्न जरूरी छ । अदालतको यो समस्या आज देखापर्नुको थुप्रै कारणमध्येको एक संवैधानिक इजलास पनि हो । यो इजलास मुद्दा थन्क्याउने र न्याय हराउने साधन बनाउने प्रधान न्यायाधीशका केही समययताका क्रियाकलाप जिम्मेवार छन् । यसको कारण भनेको संवैधानिक अदालतको आवश्यकतालाई बोध नगर्ने, त्यसका विरुद्ध अभियान छेड्ने र अदालतलाई 'मैमत्त धु्रवे हात्ती' बनाएका कारणले पनि हो भन्ने कुरा पनि मनन गर्न जरूरी छ ।

अन्त्यमा अदालतको शुद्धीकरणका लागि तत्काल प्रधानन्यायाधीशको राजीनामा, दीर्घकालीन शुद्धीकरणका लागि अदालतको संघीयकरण, न्यायाधीशहरूको पुनर्नियुक्ति र संवैधानिक अदालतको स्थापना गरेर संवैधानिक मामलाको निरुपण गर्ने परम्परा बसाल्न सक्नुपर्दछ ।

हिजो गरेको गल्तीको 'आत्मसातीकरण' नगरेसम्म गल्ती सच्याउने यात्राको आरम्भ नै हुँदैन । अदालतको मर्यादा कायम राख्न, जनताको आस्था, विश्वास बढाउन र अदालतले न्याय गर्छ भन्ने विश्वास आम मानिसहरूमा पैदा गराउन त्यो निकायले आफ्ना काम व्यवहार र आचरणबाट प्रदर्शन गर्नुपर्दछ । अहिलेको यो अवस्थाको अन्त्यका लागि अदालत स्वयं र न्यायाधीशहरूले र त्यसमा पनि प्रधानन्यायाधीश आफैंले उपयुक्त वातावरण सिर्जना गरी अदालतको संघीयकरण, न्यायाधीशको पुनर्नियुक्ति र संवैधानिक अदालतको स्थापना गर्ने वातावरण तयार गर्न सके समस्याको तात्कालीन र दीर्घकालीन दुवै ढंगको समाधान हुनेछ ।

यसतर्फ सम्बन्धित सबैको ध्यानाकर्षण भई तदनुकूल कामकारबाही भएमा मात्रै स्वतन्त्र न्यायपालिकाको शाश्वत अवधारणा साकार हुनेछ ।

(लेखक संविधानसभा सदस्य तथा वरिष्ठ अधिवक्ता हुन् ।)

छठपर्वको...

आफ्नो आँखाले देख्दछौं । मानव जाति सृष्टिको उषाकालदेखि सूर्यलाई आराधना र अर्चना गर्दै आएको छ । सूर्यलाई लोकतन्त्रको पर्यायवाची मान्न सकिन्छ । सूर्यबिना कुनै पूर्वाग्रह पालेर सम्पूर्ण संसारलाई प्रज्वलित गर्दै आएको स्वयं प्रमाण प्रस्तुत गर्दछन् । यसले बिना कुनै भेदभाव सम्पूर्ण संसारमा आफ्नो प्रकाश फैलाउँदै आएको छ र भविष्यमा पनि फैलाउनेछ । यो निर्विवाद सत्य हो । व्रतालुहरू पनि अस्ताउँदो र उदाउँदो सूर्यलाई समानरूपमा पूजाआजा गर्ने गर्दछन् । सम्पूर्ण संसारमा यो एउटा अनौठो परम्परा मिथिलाञ्चलमा मात्र पाइन्छ कि अस्ताचलगामी र उदित अंशुमाली लाई समान रूपमा सम्मानित एवं पूजित गर्ने परम्परा जीवित छ । अंग्रेजी भाषामा एउटा उक्ति छ जुन यस पर्वमा अक्षरश: चरितार्थ हुन्छ- :भल बमयचभ तजभ चष्कष्लन कगल लयत तजभ कभततष्लन कगल .यस सन्दर्भमा के भनिन्छ भने मानिस उदाएको सूर्यलाई पूजा गर्दछ न कि अस्ताउने सूर्यलाई तर छठ पर्वमा अस्ताउने र उदाउने सूर्यलाई पूजा गर्ने चलन छ ।

सूर्य आफ्नो समदर्शी र समावेशी स्वभावले गर्दा सर्वत्र सधैं पूजित र सम्मानित हुँदै आएको छ । सूर्य स्वयं टड्कारो उदाहरण हुन सक्छ कि लोकतन्त्रमा सबैसित समान व्यवहार गर्ने गरिन्छ । लोकतन्त्रको प्रकृति र प्रवृत्ति सूर्यसँग मिल्दोजुल्दो छ । छठको प्रसादमा लोकतान्त्रिक झलक पाइन्छ । गमढी धानको प्रयोग प्राय: हुँदैन तर यस उपेक्षित र अपहेलित अन्नको खीर बनाएर व्रतालुहरू खाने गर्दछन् । यस अन्नलाई यथोचित स्थान यस पर्वमा मात्र दिइने परम्परा अद्यावधि जीवन्त छ । समाजमा वर्ण व्यवस्थाको बिगबिगी रहेको बेलादेखि आजसम्म 'डुम' जातिलाई समम्मान यस पर्वमा स्थान दिइने प्रचलन जीवित छ । यसले बनाएको सूप, नाङ्लो, छिट्टी, टोकरी र बास्केटको प्रयोगबिना यस पर्वको परिकल्पना पनि गर्न सकिँदैन । छठको घाटमा लोकतन्त्र जलाशयको अभावमा छठको कल्पना असम्भव हुन्छ । यस पर्वको जलसँग अभिन्न सम्बन्ध गाँसिएको छ । समाजको सबै वर्ग, जात जाति मिलेर पर्व मनाउने गर्दछ । घाटमा पुगेपछि जातपातको भेदभाव भंग हुन्छ । विभिन्न धर्मावलम्बीहरू समेत यस पर्वमा सहभागी हुन्छन् ।

सूर्योपासना प्रधान पर्व भएकोले यसमा कुनै जातजातिको प्रधानता हुँदैन । सबै समान रूपमा सहभागी हुने गर्दछ । एउटै जलाशयमा सबै व्रतालु र श्रद्धालु भक्तजनहरू मिलेर हर्षोल्लासका साथ मनाउने गर्दछन् । लोकतान्त्रिक पद्धतिअनुसार छठको घाटमा पूजाआजा गरिने भएकोले यहाँ भेदभावको पर्खाल भंग हुन्छ । नटुआ नाच: छठमा नटुआ नचाउने प्रथा छ । यस नाचमा पनि कुनै भेदभाव देखिँदैन । केटा नै केटीको भूमिका निर्वाह गर्दै नाच्ने गर्दछ । व्रतालुहरू विभिन्न भाकल गरेर पर्वलाई मनाउने गरेकोले लोकतान्त्रिक भावनाको पुष्टि हुन्छ ।

साधारणत: निम्न जातको केटो नै यस नाचमा भाग लिने गर्दछ तर यस चाडमा व्रतालुहरू यिनलाई आफ्नो आँचल पसारेर स्वागत सत्कार गरेर सम्मान गर्दछन् । यसलाई शुभ संकेतको रूपमा स्वीकार गरिन्छ । दूधको अर्घ्य: व्रतालुहरू जब सन्ध्याकालीन र प्रात:कालीन सूर्यलाई अर्घ्य प्रदान गर्ने गर्दछन् तब उनीहरूको अर्घ्य प्रदान गर्ने पातमा या भाँडामा जुन कुनै किसिमको जात-जातिले दूधको अर्घ्य प्रवाहित गर्न सक्छ । यसमा कुनै किसिमको जात-पातको भेदभाव गरिँदैन । यस प्रकार के भन्न सकिन्छ भने छठ पर्वमा लोकतत्रको छवि र छटा छायांकित भएको हुन्छ । यस चाडमा लोकतन्त्रको लालिमा छरिएको हुन्छ ।

छठ पर्वको उत्पत्ति मैथिली संस्कृति नदी प्रधान संस्कृति भएकोले र छठ पर्व जलाशयसँग सम्बन्धित भएकोले यो संस्कृति अति प्राचीन त हुँदै हो तर जलायशको अभावमा यसको कल्पना गर्न सकिन्न । यो नेपाल र छिमेकी मुलुक भारतको प्राचीन धार्मिक पर्व हो । नेपालमा यो पर्व कोसी र सदानीरा गण्डकी नदीको बीचको भूभागमा मनाइन्छ । छठ पर्व मनाउने परम्पराको प्रारम्भ कहिलेदेखि भयो भनेर तथ्य पाइँदैन । यसको ऐतिहासिकतालाई पुष्टि गर्ने कुनै धर्मग्रन्थ प्राप्त भएको छैन । कुनै शिलालेख वा अभिलेख आजको अवधिसम्म प्राप्त हुन सकेको छैन । छठ पर्व र सूर्यपूजाबीच रहेको अभिन्न सम्बन्ध प्राचीनकालदेखि नै पाइन्छ । सूर्यपूजाको प्रचलन र सूर्यपूजाबारे प्राप्त विभिन्न अभिलेखहरू र मुद्राहरूबाट छठ पर्व पनि प्राचीन सांस्कृतिक पर्व हो भनी सहजै अनुमान गर्न सकिन्छ ।

बिरामी...

बिराटनगर महानगर पालिका वडा नं. १० तीनटोलियामा जन्मिनु भएका डाक्टर नेपाल नेपालबाट उच्च शिक्षा हासिल गरी विदेशमा रही चिकित्सकीय शिक्षा पुरागरी पूर्वको बि एण्ड सी अस्पतालमा न्यूरो चिफ, निमित्त हस्पिटल डाईरेक्टरको भूमिका निर्वाह गरिसकेको छ ।

सो अस्पतलामा निकट भविष्यमा स्वास्थ्य विमा कार्यक्रम र विपत्तत्र नागरिकका लागि रु १ लाख सम्मको नि:शुल्क उपचार सेवा समेत संचालनमा ल्याउने भएको छ भने कुनै पनि नेपाली नागरिक स्वास्थ्य सेवावाट बन्चित हुनु नपरोस भन्ने उदेश्यले सामाजिक उत्तरदायित्व अन्तर्गत १० प्रशितश सैया असाहयका लागि छुट्याएको ठाकुरले वताए ।

ज्यान...

केशलिया खोलामा आएको वाढीले प्रत्येक वर्ष नागरिकलाई दु:ख दिने गरेको भन्दै महानगरपालिकाले बाढी र डुबान व्यवस्थापनको कार्यलाई जारी राखेको बताए ।

त्यसैगरी बाढीका कारण मृत्युवरण गरेका राई र भुजेलका आफन्तलाई सोमबार काजकिरिया वापतको ५० हजारको चेक हस्तान्तरण गर्ने भएको छ ।

खोलाको...

नगरपालिका वडा नं. १ मलामी खाजा घर निर १ सय मिटर, वडा नं. २ मा २ सय ५० मिटर क्षति भएको छ । त्यसैगरी कानेपोखरी गाउँपालिका वडा नं. १ चिसाङ्ग बस्तीमा १ सय ८० मिटर, रंगेली नगरपालिका वडा नं. ३ काजीमान चौकमा ७ सय मिटर लगायत १३ ठाउँ गरी जम्मा ४ किलो मिटर बाढीले क्षति भएको छ ।

कोशी तथा बक्राहा नदी व्यवस्थापन आयोजना मोरंग अन्तर्गत बक्राहा, डायस, चिसाङ्ग, लोहन्द्रा र सप्तकोशी रहेको छ जसमध्ये सप्तकोशी नदीको व्यवस्थापन भारत सरकारले गर्ने भएकोले हामी सहमती मात्र दिन्छौ सवैकाम भारत सरकारले गर्दछ । अन्य नदीहरुको व्यवस्थापन यस कार्यालयले गर्दै आएको आयोजना प्रमुख श्रेष्ठले वताए ।

बेटा बेटीके बीचमे
विभेद नय करू
दोनोके स्कुल भेजु ।

कोरोना (C0VID–19) भाइरसका बारेमा जनहितमा जारी सूचना

१. कसरी सर्छ कोरोना भाईरस ?
क) नाकबाट निस्कने सिगानबाट, ख) फोहरहातबाट,
ग) राम्रो संग नपाकेको माछा, मासु र तरकारीबाट,
घ) भाइरसबाट प्रभावित व्यक्तिको सम्पर्कबाट

२. कोरोना भाइरसका लक्षण के-के हुन सक्छन् ?
क) सिगान बगिरहनु, ख) घाँटी सुक्नु तथा दुख्नु,
ग) पखाला लाग्नु, घ) वान्ता हुनु,
ङ) लगातार टाउँको दुख्नु, च) लगातार ज्वरो आउनु,
छ) सास फेर्न गाह्रो हुनु ।

3. यसबाट बच्न के–के गर्ने ?
क) साबुन पानीले राम्रो संग हात धुने,
ख) खानेकुरा धोइपखाली राम्रोसंग पकाउने,
ग) मास्क प्रयोग गर्ने, घ) भिडभाडमा नजाने,
ङ) सकभर होटल, रेष्टुरेन्टको खाना नखाने
च) चरा, मूसा, विरालो, कुकुर जस्ता जनावरबाट टाढा रहने ।

जहदा गाउँपालिका मोरंग प्रदेश नं. १

१४
एक-अर्काको धर्मसंस्कृति, रीतिरिवाज, रहनसहन र चाडपर्वको सम्मान गरौं ।
एक-आपसमा भेदभाव नगरौं, धार्मिक-सांस्कृतिक सहिष्णुता कायम राखौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

अस्पतालकै जगतमा एक मात्र सुरक्षा अस्पताल

सुरक्षा अस्पताल प्रा.लि.सबैको सहयोगले स्त्री रोग तथा प्रसुती सेवा पाचौं वर्ष पुरा गरेर छैठौ वर्षमा प्रवेश गरेको र नवजात शिशुको उपचार दोस्रो वर्षमा प्रवेश गर्नुका साथै हाल ढाड तथा नशा रोग, painless प्रसुती सेवा, Emergency सेवा नया एंव अध्याधिक भरपर्दो (ICU/MICU,NICU) तथा जेनरल वार्डमा विभिन्न प्रविधिहरु सहितको सुविधा सम्पन्न सेवा संचालन भएको सबै सेवा ग्राहीहरुमा जानकारी गराउँदछौ ।

हाम्रो सेवाहरु :-

★ स्त्री रोग तथा प्रसुती सम्बन्धी सम्पूर्ण सेवाहरु
★ रोग सम्बन्धी (PICU,NICU With Ventilator) सेवा
★ जनरल फिजिसियन सेवा
★ जनरल सर्जरी तथा हाडजोडर्नी नशा रोग सम्बन्धी सम्पूर्ण सेवा
★ Minor & Major surgery सेवा
★ Laparoscopic surgery (दुरवीन द्धारा अप्रेशन) सेवा
★ इन्टरभेसनल स्पाइन एण्ड क्रोनिक पेन म्यानेजमेन्ट
★ 24 Hours Emergency सेवा
★ विशेष डाक्टरहरु द्धारा ओ.पि.डी. सेवा
★ २४ घण्टा ल्याब सेवा, एम्बुलेन्स सेवा र फार्मेसी सेवा
★ इनफर्टिलिटी क्लिनिक सेवा
★ X–Ray, ECG,ECHO,USG,HSG,Cystoscopy

सुरक्षा अस्पताल प्रा.लि.
वीरेन्द्र सभागृह अगाडी
सम्पर्क न. ०२१- ५३६९४१

परिवर्तनको लागि क्राईम अपरेशन CRIME OPERATION साप्ताहिक
प्रवन्ध निर्देशक : हिरालाल साह ९८४२२०५८१६ सम्पादक/प्रकाशक : श्याम सुन्दर सुतिहार ९८४२०२७१४२,९८०७३५२२१३ कार्यालय विराटनगर-११ कम्प्युटर लेआउट:विजय कु.मण्डल
मुद्रक:बाबा प्रिण्टर्स अफसेट प्रेस, विराटनगर-७ इमेल:crimeopration@gmail.com

सम्पादकीय

भिडभाडबाट हुन सक्ने क्षतिबाट बच्न सचेत रहौं

हिन्दु धर्मालम्बीहरुको चाडपर्व रक्षा बन्धनवाट शुरु भई छठ पर्वमा सकिन्छ । हाम्रो देशमा पनि हिन्दुहरुको वाहुता रहेकोले मुख्य रुपमा विजिया दशमी, दिपावली र छठपर्वलाई भिडभाड भएको पर्व पनि मान्न सकिन्छ । दशै र तिहार सकिसकेको छ भने सबभन्दा वढी भिडभाड हुने पर्व छठ कार्तिक २४ गते हुने भएको छ । यी पर्वहरुमा हुने भिडभाडले हुन सक्ने क्षतिबाट बच्न आम नागरिक सचेत हुन जरुरी छ । विश्वभरी नै दुईवर्ष देखि कोरोना संक्रमणले अक्रान्त बनेको थियो । त्यसवाट नेपाल अछुत थिएनन् । नेपालमा पनि लाखौ नागरिक कोरोनावाट पिडित भएको छन् भने हजारौको मृत्यु समेत भएको छ । त्यो कारोना सर्ने माध्य भनेकै भिडभाड हो अहिले पनि विश्व स्वास्थ्य संगठन र स्वास्थ्य मन्त्रालयले कारोना संक्रमणवाट बच्न भिडभाड नगर्न र बनाईएको मापदण्डलाई पालना गर्न आम नागरिकलाई भनि रहदा पनि हामी आम नागरिकले त्यसको पालना गरेका छैनौ । जसका कारण फेरी पनि कोरोना संक्रमण नदोहरी भन्न सकिन्न् । कोरोना संक्रमणलाई फेरी पनि दोहरीन नदिन भिडभाड नगरौ, माक्स अनिवार्य रुपमा लगाउन हामी आम नागरिक सजग हुनै पर्छ ।

दशै र तिहारमा समाज खरीदका लागि बजारमा खुबै भिडभाड भएको थियो । ती भिडभाडमा देखिएका नागरिकहरुको मुखमा माक्स भने लगाएको थिएनन् । सानो गल्तीले निम्त्याउने क्षतिको वारेमा हामी ख्याल गर्दैनौ के फेरी कोरोना संक्रमण दोहरीएमा मात्र राज्यलाई क्षति हुन्छ कि आफैलाई त्यतीपनि हामी विचार पुऱ्याउँदैनौ भने फेरी पनि कोरोनाको कहरलाई रोक्न सक्दैनौ । एक त सरकारले पनि आम नागरिकलाई खोप लगाई सक्नु पर्ने तर आम नागरिकलाई खोप नलगाई कन खोपलाई थन्काई रहेको छ । कम्तीमा आमनागरिकलाई खोपलागेको भए इम्युनिटी बढ्नुका साथै आत्मवल पनि बढ्ने थियो । त्यो पनि सरकारले गर्न सकेको छन् । सरकारले नगरेपनि आफ्नो स्वास्थ्यको ख्याल आफै गर्नु अति आवश्यक छ । अन्यथा त्यसको ठुलो मुल्य हामीले नै चुकाउनु पर्छ ।

आब आउने छठ माताको पुजामा हुन सक्ने भिडभाडलाई कम गरी स्वास्थ्य मापदण्डलाई पुरा गरी छठी माताका पुजा गरेमा निश्चय हामी निरोगी, धनवान बन्न सक्छौ । हामी आम नागरिकले आफै संचेत भएर सम्भावित कोरोना संक्रमणवाट बच्न खास गरी नदी, ताल, पोखरी, लगायत ठाउँमा हुन छठ पुजाको भिडभाडवाट आफु पनि बचौ र अरुलाई पनि बचाऔको सिद्धान्त लिएर । एक अर्काल सदभाव, मैत्रिपुर्ण, भेदभाव रहित, भएर कोरोना संक्रमणवाट बच्न स्वास्थ्य मापदण्डको पालना गरी सबै मिलेर छठ मैयाको पुजा अर्चना गरौं र आम नागरिकमा सुख, शान्ति, समृद्धिकामना गर्दै छठ पुजाको हार्दिक मंगलमय शुभकामना ।

साप्ताहिक राशिफल

मेष (चु,चे,चो,ला,लि,लु,ले,लो,अ) : **दम्पतिमा घरायसी विषयलाई लिएर वादविवाद बढेर असमझदारी वढ्ने सम्भावन छ । मनोरञ्जन र भ्रमणको योग छ ।**

वृष (इ,उ,ए,ओ,वा,वि,वु,वे,वो) : **वाणीको प्रभावले महत्वपुर्ण काम बन्ने छ भने मनोरञ्जन एवम अध्ययन भ्रमणको समेत अवसर मिल्ने योग छ ।**

मिथुन (**क,कि,कु,घ,ङ,छ,के,को**,ह) : युवा वर्गका लीगि रमाइलो वातावरणको अवसर मिल्ने छ । इष्टमित्रका सहयोगले महत्वपुर्ण काम बन्ने ।

कर्कट (**हि,हु,हे,हो,डा,डि,डु,डे,डो**) : युवावर्गका लीग मनोरञ्जन एवं प्रेम प्रसङ्गमा रमाउने योग रहनुका साथै कतै भ्रमणमा जाने योग छ ।

सिंह (**मा,मि,मु,मे,मो,टा,टि,टु,टे**) : उच्च मनोवल रहनाले महत्वपूर्ण काममा सफलता मिल्ने छ । भने वादविवादमा समेत जित तपाईकै हुने छ ।

कन्या (**टो,प,पी,पू,ष,ण,ठ,पे,पो**) : घरायसी र पारिवारीक विषयले चिन्ता बढाउने छन । बौद्धिक क्षेत्रका काममा सफलता मिल्ने योग रहेको छ ।

तुला (**रा,री,रु,रे,रो,ता,ती,तु,ते**) :भोग विलासका सामग्री हरुको किनमेलमा पैसा खर्च गराउला । काममा विघ्न वाधाहरु आउन सक्नेछन ।

वृश्चिक (**तो,ना,नि,नू,ने,नो,या,यि,यू**) : **बुद्धिको प्रभावले ठुला–ठुला समस्या** हरुमा समाधान निकाल्नलाई योग छ । मित्रहरको सहयोग राम्रो रहने छ ।

धनु (**यो,भा,भी,भू,ध,फा,ढ,भे**) : धार्मिककाममा महत्वपूर्ण सहभागिता जनाउनुपर्दछ । व्यापारीवर्गका लागि मनग्गे आमदानीको योग छ ।

मकर (**भो,जा,जी,जू,जे,ख,खि,खू,खे,गा,गी**) : धार्मिक उव समाजिक काममा मान स्म्मान मिल्ने योग छ । महीनाको उत्तराधएमा सामान्यवादविवादमा समेत तान्ने छ ।

कुम्भ (गु,गे,गो,सा,सी,सु,से,सो,द) :**सानो तिनो चोटपटकको सम्भावना रहेकाले सतर्कता अपनाउनु होला । भाग्यले राम्रै साथ दिनाले सफलता मिल्नेछ ।**

मीन (**दी,दु,थ,झ,ञ,दे,दो,च,ची**) : उच्च मनोवल रहनाले महत्वपूर्ण काममा सफलता मिल्ने छ । भने वादविवादमा समेत जित तपाईकै हुने छ ।

न्यायालय विवाद : समस्याका चुरो र समाधानको सूत्र

खिमलाल देवकोटा

यतिबेला न्यायालय गम्भीर बहसमा छ । गाउँ, टोल, बस्ती, शहर, बजार यत्रतत्र सर्वत्र न्यायालयप्रतिका छताछुल्ल नकारात्मक टिप्पणीहरूले ठाउँ पाएको छ । खासगरी प्रधान न्यायाधीशको राजीनामा यतिबेला चर्चाको शिखरमा छ । राजीनामाको माग नेपाल बार एशोसिएसन र सर्वोच्च अदालतका न्यायाधीश समेतबाट जोडतोडका साथ उठेको छ । राजीनामाको प्रसङ्ग यसको कारण र परिणामका बारेमा चर्चा गर्ने यो लेखको आशय रहेको छ ।

विषय प्रवेश

न्यायपालिका राज्यको तीन अङ्गमध्येको एक महत्वपूर्ण अङ्ग हो । कार्यपालिका राज्य शक्तिको प्रयोग गर्ने बलशाली अङ्ग हो । यो बलशाली अङ्गले आफ्नो अधिकारको प्रयोग गर्दा जनताका अधिकारको हनन हुने, जनताको जीउ-धनमाथि खतरा आइपर्ने अवस्थामा कार्यकारीको उक्त स्वेच्छाचारितामाथि अंकुश लगाउने राज्यकै अर्को अङ्ग न्यायपालिका हो ।

न्यायपालिकाको यो भूमिकाका कारणले मात्रै सर्वसाधारण जनता सुरक्षित हुन्छन् भन्ने मान्यता आधुनिक लोकतन्त्रमा राखिन्छ । अर्थात् कार्यकारी भनेको चिल हो, जनता भनेका चल्ला हुन् र न्यायपालिका भनेको माउ हो । जतिबेला चिलरूपी कार्यकारीले चल्लारूपी जनताउपर आक्रमण गर्दछ, तब माउरूपी न्यायपालिकाले चल्लारूपी जनताको रक्षाकवच बनी कार्यकारीको आक्रमणलाई निस्तेज बनाइदिन्छ । तब जनताको जीउ र धनको रक्षा हुन्छ ।

दुर्भाग्यवश न्यायपालिका अर्थात् राज्यको तेस्रो अङ्गलाई न संघीय संरचनामा लैजान न पुनर्नियुक्तिको माध्यमद्वारा अयोग्य न्यायाधीशहरूलाई विदा र योग्यहरूको निरन्तरता नै गर्न सकियो ।

यस मानेमा जनताको जीउ-धनको रक्षक न्यायपालिका हो भन्ने आधुनिक राज्यको आधारभूत मान्यता पनि हो । कार्यकारीको स्वेच्छा चारिताबाट जनताको जीउ र धनको रक्षा गर्ने दायित्व न्यायपालिकाको हो । यति धेरै महत्व र जिम्मेवारी बोकेको न्यायपालिका आज इतिहासकै खराब अवस्थामा छ । यो अत्यन्त दुःखद र विडम्बनापूर्ण विषय हो ।

न्यायपालिकाको शक्ति भनेको जनआस्था हो । त्यो अहिले क्षीण भएको छ । आम जनताले अदालत र न्यायाधीशप्रति हेर्ने दृष्टिकोण धुमिल भएर गएको छ । अदालतमा भएका भ्रष्टाचार, घूसघोरी, अनियमितता, ढिलासुस्ती र अराजकताले आज सीमा नाघेको छ भन्ने कुरा सर्वोच्च अदालत स्वयंको अध्ययन प्रतिवेदनले पुष्टि गर्दछ । न्यायालयको सर्वोच्च नेतृत्व भ्रष्टाचारमा लिप्त छ ।

कार्यकारीसँग शक्तिको साझेदारीमा प्रत्यक्ष रूपमा संलग्न छ । मालदार मुद्दाहरूमा प्रधान न्यायाधीशको चासो रहने मात्रै हैन, आफूले भनेको मान्ने न्यायाधीश देब्रेतर्फ राखेर छिन्ने र रकम हजम गर्ने काम भएको छ । खुँखार अपराधीहरूले दिनदहाडै अदालत बाट सफाइ पाउने र निर्दोषहरूले सजाय भोग्नुपर्ने अवस्थाको सिर्जना स्वयं प्रधानन्यायाधीशबाटै भएको छ भन्ने चर्चा व्यापक छ ।

यसै परिवेशमा सर्वोच्च अदालतका सबै न्यायाधीशहरूले प्रधानन्यायाधीशको राजीनामा मागेका छन् । बेञ्चको सारथि बार पनि प्रधानन्यायाधीशको राजीनामा बाहेक अर्को विकल्प छैन भन्ने निष्कर्षमा पुगेको छ । पूर्व भइसकेका हुन् वा वहालवाला न्यायाधीशहरूकै समाज समेतले प्रधानन्यायाधीशका केही समययताका काम कारबाहीहरूको तथ्य समेतको विश्लेषण गर्दै राजीनामा दिएर आफ्नो र न्यायालयको बाँकी जीवन सुधार्न र थप क्षति हुन नदिनका लागि विज्ञप्ति निकालेरै सार्वजनिक रूपमा बोलिरहेका छन् । यो कुरा कुनै पनि सभ्य समाजका लागि सुखद विषय हैन ।

समस्याको अन्तरकुन्तर

नेपालमा सात दशकमा सात संविधान जारी भए । अहिलेको संविधान सातौं संविधान हो । तापनि संविधानसभाबाट बनेको यो नै पहिलो र यो युगको अन्तिम संविधान पनि हो । यो संविधानले न्यायपालिकालाई स्वतन्त्र, सक्षम र निष्पक्ष न्यायिक निकायका रूपमा स्वीकार गरेको छ । संविधान निर्माणका बखत राज्यको संघीयकरणसँगै अदालतको पनि संघीयकरणको खाँचोका बारेमा बहस भएको थियो । तर अदालतलाई पुनर्संरचना गर्न नचाहनेहरूको बलमा अदालतका न्यायाधीशहरूकै सहारामा अदालत एकात्मक रहन पुगेको थियो ।

यसैगरी नयाँ संविधान जारी गर्ने सन्दर्भमा अदालतका न्यायाधीशहरूको पुनर्नियुक्तिको व्यवस्था गर्दै सक्षम न्यायाधीशहरूको निरन्तरता र अयोग्यहरूको बिदाइ गरौं भनिएको थियो । दुर्भाग्यवश न्यायपालिका अर्थात् राज्यको तेस्रो अङ्गलाई न संघीय संरचनामा लैजान न पुनर्नियुक्तिको माध्यमद्वारा अयोग्य न्यायाधीशहरूलाई विदा र योग्यहरूको निरन्तरता नै गर्न सकियो । अयोग्यहरूको निरन्तरता को जगमा उनैको हालिमुहाली र राज्यको पुनर्संरचनासँगै न्यायालयको पुनर्संरचना नगर्नुको परिणाम आज मुलुकले यो समस्या भोग्दैछ भन्ने निष्कर्ष निकाल्नु सर्वथा गलत हुने छैन ।

न्यायपालिकालाई पनि राज्यका अरू अङ्ग जसरी संघीयकरण गर्न सकेको भए अहिले जस्तो सर्वोच्च अदालतको मनोमानी त्यसमा पनि प्रधानन्यायाधीश एक जनाको मनोमानी चल्ने थिएन । प्रधानन्यायाधीशको मनोमानी अरू न्यायाधीशहरूले टुलुटुलु हेर्दाहेर्दै वाक्कदिक्क भई राजीनामा माग्ने निष्कर्षमा पुग्ने दिन एकाएक आएको पक्कै हैन ।

बार एशोसिएसन पनि प्रधानन्यायाधीशको राजीनामा माग्ने निष्कर्षमा एकाएक पुगेको पक्कै हैन । लामो समयका गतिविधिको नियमित आकलन र अनुगमनका आधारमा अब प्रधानन्यायाधीशले न्यायालयको नेतृत्व गर्न सक्नुहुन्न भन्ने निष्कर्षमा बार एशोसिएसन र न्यायाधीशहरू एकैसाथ पुगेका हुन् । यो एकप्रकारको विद्रोह त्यो पनि गलतका विरुद्धको एकमत एकातर्फ खुशीको कुरा हो । तर, अर्कोतिर प्रधानन्यायाधीश जसका हातमा नागरिकको जीउ र धनको रक्षा गर्ने दायित्व सुम्पिएको छ, यसका साथसाथै मुलुकको संविधानको रक्षा र पालना गर्ने जिम्मेवारी पनि छ, यस्ता पदाधिकारीका विरुद्ध यो हदसम्मको आरोप सहितको निष्कर्ष मुलुकका लागि निकै ठूलो दुर्भाग्य समेत हो भन्न सकिन्छ ।

आजको यो अवस्थासम्म ल्याइपुऱ्याउन र समस्याको मलजलीकरणको कृत्य पनि क्षम्य हुने विषय हैन । आजको यो अवस्थासम्म समस्यालाई झाँगिन दिनेहरू पनि कम जिम्मेवार पक्कै छैनन् । तर अन्तिम जिम्मेवारी भने प्रधानन्यायाधीशले लिनुपर्दछ । साथसाथै न्यायालयको संघीयकरणको विरुद्धमा उभिनेहरू र पुनर्नियुक्तिका मार्फत अदालत र न्यायाधीशहरूलाई शुद्धीकरण गर्ने अभियानका विरुद्धमा उभिनेहरूले पनि यसको जिम्मा लिन जरुरी छ ।

न्यायपालिकालाई पनि राज्यका अरू अङ्ग जसरी संघीयकरण गर्न सकेको भए अहिले जस्तो सर्वोच्च अदालतको त्यसमा पनि प्रधानन्यायाधीश एक जनाको मनोमानी चल्ने थिएन । प्रधानन्यायाधीशको मनोमानी अरू न्यायाधीशहरूले टुलुटुलु हेर्दाहेर्दै वाक्कदिक्क भई राजीनामा माग्ने निष्कर्षमा पुग्ने दिन एकाएक आएको पक्कै हैन ।

संविधान फेरियो राज्यका सबै अङ्गका अधिकार र जिम्मेवारीहरू फेरिए तर न्यायालयको संरचना फेरिएन । संविधान फेरियो, नागरिकका हक र अधिकारहरू पनि फेरिए तर न्यायाधीशहरूलाई यसले छोएन । आज राज्य संघीयकरणको अभ्यासमा छ, न्यायालय एकात्मक र केन्द्रीकृत छ । राज्यका सबै अङ्ग र न्यायालयबीचको यही अन्तरविरोधको परिणाम आजको अवस्था हो भन्न सकिन्छ ।

समाधानको सूत्र

न्यायालयमा देखिएको यतिवेलाको समस्याको समाधान सामान्य खालको टालटुले वा कसैको चोचोमोचो मिलाएको आधारमा गर्न खोजियो भने त्यो घातक हुनेछ । यसर्थ यसको समाधानको सूत्र दूरगामी असर र प्रभावको मूल्याङ्कनकै आधारमा खोज्न जरूरी छ । यसका लागि तत्कालीन र दीर्घकालीन समाधानका माध्यमबाट यो समस्याको समाधान गर्नुपर्छ । तात्कालिक समाधान भनेको प्रधानन्यायाधीशको राजीनामा नै हो । जनताको विश्वास, सहकर्मीहरूको साथ गुमेपछि र समस्याको सकारात्मक समाधान दिन नसकेपछि जबर्जस्त पदमा टाँसिइरहने कुरा कुनै पनि अर्थमा राम्रो मान्न सकिन्न ।

जतिबेला संसदमा विश्वास गुमाउने सरकारले आफ्नो निरन्तरताको लोभमा फस्दा संसद विघटनको सहारा लिन्छ, तैपनि आफूलाई बचाउन सक्दैन, त्यसैगरी आफ्ना सहकर्मी न्यायाधीशहरू र बार एशोसिएसन समेतको विश्वास गुमाएको प्रधानन्यायाधीशले पदमा टिकिरहनका लागि गर्ने कुनै पनि हर्कतले न्यायालयको गरिमा र प्रधानन्यायाधीश स्वयंको पनि गरिमाको क्षयीकरण बाहेक अरू हुनसक्दैन । यो तथ्य नेपाल बार लगायत सहकर्मी न्यायाधीशहरू

वांकी अन्तिम पेजमा...

केही महत्व पूर्ण टेलिफोन नम्बरहरु

दमकल

बिराटनगर बारुणयन्त्र ४२००००
इटहरी बारुणयन्त्र ५८०१०१
धरान बारुणयन्त्र ५२०१९९
इनरुवा बारुणयन्त्र ५६०१०१
दमक बारुणयन्त्र ०२३-५८०१०१
भद्रपुर बारुणयन्त्र ०२३-५२०१०१

एम्बुलेन्स सेवा

जिविस मोरङ ५३६२५३
नेरेसो रंगेली ५८००४८
बिराटनगर उपमनपा ५२२२३६

अस्पताल

कोशी अ.अ.इमरजेन्सी ५२४२३४
रंगेली अस्पताल ५८००४८
आँखा अस्पताल ५२३७०६
सुरक्षा अस्पताल प्रा.लि.
०२१-५३६९४१, ५२२८७७
एम्बुलेन्स ९८०२७५३७१७,
९८०२७५३७०६

प्रहरी

पूर्वाञ्चल क्षे.प्र.कार्यालय
०२१-४३५००१
जिल्ला प्रहरी कार्यालय
५३०३५८, ५२३९०१,१००
नगर प्र.का.. बिराटनगर
५२१८५०, ५३०३६७, ११०,
इ.प्र.का. रंगेली
८०१००८०१३०
इ.प्र.का. उर्लाबारी
०२१-५४०००२
सिमा प्रहरी चौकी
०२१-४३५८४०

प्रहरी चौकी प्याउलीको नवनिर्मित भवन समुद्घाटन

विराटनगर । जिल्ला प्रहरी कार्यालय भोजपुर मातहतमा रहेको प्रहरी चौकी प्याउलीको नवनिर्मित कार्यालय भवनको समुद्घाटन भएको छ ।

चौकीको हाता भित्र भएको एक कार्यक्रमका बिच १ नम्बर प्रदेश प्रहरी कार्यालयका प्रमुख प्रहरी नायव महानिरीक्षक अरुण कुमार बि.सी.ले उक्त नवनिर्मीत साढे २ तले ८ कोठा भएको प्रहरी चौकी भवनको बिधिवत रुपमा उद्घाटन गर्नु भएको हो ।

१ नम्बर प्रदेश सरकार आन्तरिक मामिला तथा कानुन मन्त्रालयबाट विनियोजित १ करोड ४९ लाख १९ हजार ३ सय ८५ रुपैयाँको लागतमा प्रहरी चौकी प्याउलीको कार्यालय भवन, ब्यारेक तथा भान्साघरको निर्माण सम्पन्न भएको हो ।

भवनको उद्घाटन तथा निरीक्षण पश्चात कार्यक्रममा बोल्नुहुँदै प्रहरी नायव महानिरीक्षक बि.सी.ले गाँस बासको उचित ब्यवस्था भएसंगै प्रहरी कर्मचारीमा काम गर्ने थप हौसला मिल्ने वताउँदै सुन्दर भवनमा बस्ने प्रहरी कर्मचारहरुले जनमैत्री प्रहरी सेवा प्रदान गर्नेमा आफु बिश्वस्त रहेको वताएका थिए ।

कानूनको परिधीमा रही जन चाहना बमोजिमको प्रहरी सेवा प्रदान गर्न प्रहरी कर्मचारीहरुलाई निर्देशन समेत दिनु भयो । कार्यक्रममा प्रमुख अतिथी प्रहरी नायव महानिरीक्षक बि.सी.ले भवन निर्माणमा उल्लेखनिय भुमिका निर्वाह गर्नुहुने ब्यक्तित्वहरुलाई प्रशंसा पत्रले सम्मान समेत गर्नु भएको थियो ।

राष्ट्रिय जनगनणामा अपांग भएको व्यक्तिको सवाल नछुटाउन आग्रह

विराटनगर । राष्ट्रिय जनगणना एक सातापछि शुरु हुँदैछ । राष्ट्रिय जनगणनामा सही गणना गर्नका लागि अपाङ्ग महासंघले आफ्नो गतिविधि तीव्र पारेको छ ।

१२ औं राष्ट्रिय जनगणनामा अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको सही तथ्याङ्क नआउँदा समस्या भएको राष्ट्रिय अपाङ्ग महासंघ प्रदेश १ का कार्यक्रम संयोजक सरोज नेपालीले वताएका थिए । उहाँका अनुसार देशभर करिव १५ प्रतिशत अपाङ्गता भएका व्यक्ति रहेको अघिल्लो जनगणनामा आँकलन गरिएको थियो । उहाँले भन्नुभयो,' जनगणनामा १.९४ प्रतिशत मात्र देखियो ।'

अपाङ्ग महासंघ प्रदेश १ ले मंगलबार आयोजना गरेको राष्ट्रिय जनगणना २०७८ मा अपाङ्गता भएका व्यक्तिको गणना विषयक सरोकारवालासँग अन्तरक्रिया कार्यक्रममा अपाङ्ग महासंघ प्रदेश अध्यक्ष पार्वता श्रेष्ठले अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुका लागी प्रभावकारी निति, कार्यक्रम र सेवा सुविधाहरु तर्जुमा गर्न, अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुका आर्थिक तथा सामाजिक अवस्थाको वारेमा सरोकारवालहरु सवैलाई जानकारी उपलव्ध गराउन, अपाङ्गता भएका व्यक्तिको पक्षमा निर्णयहरु गर्न राज्यमाथि दवाव सृजना गर्ने एउटा वलियो आधार तयार गर्न आवस्यक रहेकोमा जोड दिएका थिए । गणक र सुपरिवेक्षकहरुलाई अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको पहिचान गर्न नसक्दापनि सही तथ्याङ्क आउन नसकेको वहांको भनाई थियो ।

उहाँले संचार माध्यमहरुमार्फत जनमानसमा अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको सहि पहिचान सहितको सहि गणना बारे जनचेतना फैलाउन पनि आवस्यक रहेका वताए । त्यसैगरी संचार माध्यमहरुले अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको सहि पहिचान सहितको सहि गणना विषयलाई प्राथमिकता साथ सूचना सम्प्रेसन गरी दिन समेत आग्रह गरेका थिए ।

कोरोना (C0VID–19) भाइरसका बारेमा जनहितमा जारी सूचना

१. कसरी सर्छ कोरोना भाईरस ?

क) नाकबाट निस्कने सिगानबाट, ख) फोहरहातबाट,
ग) राम्रो संग नपाकेको माछा, मासु र तरकारीबाट,
घ) भाइरसबाट प्रभावित व्यक्तिको सम्पर्कबाट

२. कोरोना भाइरसका लक्षण के–के हुन सक्छन्

क) सिगान बगिरहनु, ख) घाँटी सुक्नु तथा दुख्नु,
ग) पखाला लाग्नु, घ) वान्ता हुनु,
ङ) लगातार टाउँको दुख्नु, च) लगातार ज्वरो आउनु,
छ) सास फेर्न गाह्रे हुनु ।

3. यसबाट बच्न के–के गर्ने ?

क) साबुन पानीले राम्रो संग हात धुने,
ख) खानेकुरा धोइपखाली राम्रोसंग पकाउने,
ग) मास्क प्रयोग गर्ने, घ) भिडभाडमा नजाने,
ङ) सकभर होटल, रेष्टुरेन्टको खाना नखाने
च) चरा, मूसा, विरालो, कुकुर जस्ता जनावरबाट टाढा रहने ।

कटहरी गाउँपालिका मोरंग प्रदेश नं. १

स्तन क्यान्सरसँग सम्बन्धित 33 जिज्ञासा र उत्तर

तीर्थराज अधिकारी

अन्तराष्ट्रिय रुपमा अक्टुबर महिनालाई स्तन क्यान्सर जागरण महिनाको रुपमा मनाइन्छ । नेपालमा पनि यो महिनामा विभिन्न सचेतनामुलक कार्यक्रम हुने गरेको छ। स्तन क्यान्सरको पहिचान, उपचार र रोकथाम सम्बन्धि जनचेतना बढाउने उद्देश्यले नेपालमा पनि विभिन्न कार्यक्रम भइरहेको छ। यस लेखमा स्तन क्यान्सर सम्बन्धि केही तथ्य तथा नेपालमा स्तन क्यान्सरबाट बच्न बचाउन के गरिएको छ भन्ने कुरा समेटिएको छ ।

१. स्तन क्यान्सर के हो र यो क्यान्सर हुनुका कारणहरु के के हुन्छ ?

महिलाहरुमा देखिने स्तन क्यान्सर नेपालमा पाठेघरको क्यान्सर पछि सबैभन्दा बढी देखिने क्यान्सर हो। महिलाको स्तनको टिस्यू (तन्तु) मा क्यान्सर सेलहरु बन्नुलाई स्तन क्यान्सर भनिन्छ। यहि कारणले स्तन क्यान्सर हुन्छ भनेर भन्न सकिँदैन। यो रोग के कारणले लाग्छ भन्ने कुरा अहिले पनि अनुसन्धानको बिषय छ ।

स्तन क्यान्सर हुनुका कारणहरु भन्दा पनि कारकहरु निम्न छन्: उमेर; महिलाहरुको उमेर बढ्दै जाँदा स्तन क्यान्सर हुने सम्भावना बढ्दै जान्छ। स्तन क्यान्सर भएका महिला र स्तन सम्बन्धि अरु रोग भएका महिलाहरुमा स्तन क्यान्सर हुने सम्भावना रहन्छ ।

वंशाणु अर्को कारक हो। जस्तो हजुरआमा, आमामा स्तन क्यान्सर थियो भने छोरी-नातिनिहरुमा स्तन क्यान्सर देखिन सक्छ। डेंस ब्रेस्ट टिस्यु अर्को रिस्क फेक्टर हो। त्यस्तै बच्चा नहुने वा नजन्माउने महिलाको स्तन डेंसहुने भएकाले स्तन क्यान्सर देखिन सक्छ भने ढिलोगरि बच्चा जन्माउने महिलाको स्तन बाक्लो (डेंस)हुने र स्तन क्यान्सर हुने सम्भावना धेरै हुन्छ। यो संगै पोस्टमेनोपोजल हर्मोन र मध्यपानले गर्दा पनि स्तन क्यान्सर हुन् सक्छ भने इस्ट्रोजेंन अर्को कारक हुन्। चाँडै (१२ बर्ष भन्दा पहिला) र ढिला राजश्वला हुनुले पनि स्तन क्यान्सर हुनसक्छ। रेडियोथेरापी, मोटोपना आदिको कारण पनि स्तन क्यान्सर हुनसक्छ ।

२. स्तन क्यान्सरका लक्षणहरु के-के हुन्छ ?

स्तनमा गाँठागुँठी भएको महसुस हुनु, स्तनको आकारमा परिवर्तन हुनु, स्तनको छालाको रंग परिवर्तन हुनु, स्तनको मुन्टामा परिवर्तन देखिनु, स्तनमा गिर्खा देखिनु आदि स्तन क्यान्सरका लक्षणहरु हुन् ।

३. स्तन क्यान्सरबाट बच्न के-के कुरामा ध्यान दिनु पर्छ ?

साधारणतया स्तन क्यान्सरबाट बच्न महिलाहरुले आफ्नो ख्याल आफैं गर्नु पर्ने हुन्छ। आफ्नो स्तनमा के भइराखेको छ भनी महिलाहरुलाई थाहा हुन्छ। बारम्बार आफ्नो स्तनको अवस्था/आकार के कस्तो छ जाँच गर्नु पर्छ। कुनै समस्या वा क्यान्सरको शंका लागेमा लाज नमानी चिकित्सक सँग आफ्नो समस्या राख्नु पर्दछ। महिलाहरुले निश्चित उमेर पश्चात आफ्नो स्तन स्क्रिनिङ गर्नुपर्छ। माथि उल्लेखित कारकहरुबाट बच्नुपर्छ। मद्यपान कम गर्ने वा गर्न हुँदैन। नियमित शारीरिक व्यायाम गर्नुपर्छ। त्यस्तै महिलाले आफ्नो तौलमा नियन्त्रण गर्नुपर्छ। पौष्टिक खाना खानु पर्दछ। महिलाले पोस्टमनोपोजल हर्मोनथेरापी कम गर्नुपर्छ। जथाभावी औषधि प्रयोग गर्नुहुँदैन ।

४. स्तन क्यान्सर स्क्रिनिङ भनेको के हो र यो कसरी गरिन्छ ?

महिलाहरुले स्तनमा क्यान्सरको शंका लागेमा गर्ने टेस्ट हो-स्तन क्यान्सर स्क्रिनिङ। यो क्यान्सरको पहिचान र रोकथाम गर्ने प्रक्रिया हो। मेमोग्राफी, अल्ट्रासाउण्ड (भिडियो एक्स-रे), एमआरआइ र थर्मोग्राफी विधिबाट स्तन क्यान्सर स्क्रिनिङ गरिन्छ। यो बाहेक प्रयोगशाला परीक्षण पनि गर्नुपर्छ जस्तो: बायोप्सी आदि ।

५. कति उमेर समूहका महिलाले स्तन स्क्रिनिङ गर्नुपर्छ ?

४० देखि ४९ वर्ष उमेर समूहका महिलाले ३-४ वर्षमा एक पटक र ५० वर्ष देखि ७४ वर्ष उमेर समूहका महिलाले हरेक दुई वर्षमा एक पटक स्तन स्क्रिनिङ गर्नुपर्छ ।

६. मेमोग्राम के हो? यो कतिको खर्चिलो हुन्छ ?

एक्स-रे को प्रयोग गरि गरिने स्तन क्यान्सरको डाइग्नोसिस विधि हो। जनचेतनाको अभावमा नेपलमा स्तन स्क्रिनिङ कमै महिलाले गर्ने गरेको पाइन्छ। यो विधि धेरै खर्चिलो छैन। एकपटक मेमो गरेको औषतमा एकहजार रुपैयाँ पर्दछ ।

७. नेपालको सन्दर्भमा स्तन क्यान्सर कुन उमेर समूहका महिलाहरु बढी देखिने गरेको छ ?

ठ्याक्कै तथ्यांक त भन्न गाह्रो छ तर ४० देखि ५५ वर्ष उमेर समूहका महिलाहरुमा बढी देखिने गरेको पाइन्छ ।

८. स्तन क्यान्सरको उपचार विधिहरु के के हुन्छ ?

स्तन क्यान्सर डाइग्नोसिस भइसकेपछि कुन विधिबाट उपचार गर्ने भन्ने कुरा क्यान्सरको स्टेज, बिरामीको उपचार हिस्ट्री बिरामीको अवस्था आदि कुरामा भर पर्ने कुरा हो। अन्य क्यान्सरको उपचार जस्तै स्तन क्यान्सरको उपचार केमोथेरापी, सर्जरी, रेडियोथेरापी र यी उपचार पद्दति संयुक्त रुपमा (एड्जुभान्ट, नियो-एड्जुभान्ट ट्रीटमेन्ट) पनि गरिन्छ। यी बाहेक हर्मोनथेरापी, टारगेटेड ड्राग थेरापी, इमुनोथेरापी, र सपोर्टिभ (पालिएटिभ) केएर उपचार विधि छन् ।

९. स्तन क्यान्सर उपचार कतिको खर्चिलो हुन्छ ?

स्तन क्यान्सर उपचारमा कति खर्च हुन्छ भन्ने कुरा बिरामीको रोगको अवस्थामा भर पर्दछ। सरकारी अस्पतालहरुमा त्यति महँगो पर्दैन ।

१०. केमोथेरापी वा रेडियोथेरापी गर्दा के कस्ता साइड इफेक्ट देखिन्छन्? तिनको व्यवस्थापन कसरी गर्न सकिन्छ ?

केमोथेरापीले गर्दा कपाल खुइलिनु, नङ परिवर्तन हुनु, मुखमा घाउ हुनु, भोक नलाग्नु, तौलमा परिवर्तन हुनु, वाकवाकी र उल्टी लाग्नु, पखाला लाग्नु, केमोले बोनम्यारोको रगत बनाउने कोषिकाहरूमा पनि असर हुनु जस्ता साइडइफेक्ट देखिन्छन्। त्यस्तै रेडियोथेरापी उपचार गर्दा छालामा परिवर्तन देखिनु, स्तन सुन्निनु, छाती वा छाती क्षेत्रमा दुख्नु, काखको कपाल झर्ने, घाँटी दुख्नु र मुख सुख्खा हुनु, थकान लाग्नु र अल्छि महसुस हुनु, लिम्फोडेमा, स्तनको आकार र रंगमा परिवर्तन हुनु, करङहरूमा कोमलता महसुस हुनु र यी बाहेक रेडियोथेरापी गर्दा फिब्रोसिस अर्थात् स्तनको तन्तु साह्रो हुनु, टेलान्जेएक्टेसिया अर्थात् रक्त वाहिकाहरू टुट्नु, फोक्सोमा असर भई स्वासप्रस्वासमा कठिनाई हुनु, मुटुमा असर हुनु, उपचार गरिएको क्षेत्र वरिपरिको हड्डी कम्जोर हुनु आदि र रेडियसनको कारण क्यान्सर हुने जस्ता लक्षणहरु देखिन्छन्। यी मध्ये केहि लक्षणहरु सामान्यतया उपचार सकिएपछि हराउँदछन्। केहि उपचार पछिको लामो समय पछि देखिन सक्छन् ।

११. स्तन क्यान्सर उपचार गराउन नेपलमा कतिको अफ्ठेरो छ ?

स्तन क्यान्सर डाइग्नोसिस भइसकेपछि नेपालमा उपचार गर्न गाह्रो छैन। स्तन क्यान्सर उपचार गर्न आवश्यक दक्ष जनशक्ति र उपकरण नेपालमै छन् ।

१२. के बिरामीले सहज-गुणस्तरीय उपचार पाउँछन् ?

बिरामी समयमै अस्पताल आएमा उपचार सहज हुन्छ। स्रोत र साधनको कमीले केहि अफ्ठेरो भएपनि अर्थात् केहि समय कुर्न परेपनि बिरामीले उपचार पाउने अवस्था नेपालमा अहिले छ। गुणस्तरीय उपचारको लागि राज्यले क्यान्सर रोग उपचारलाई उच्च प्राथमिकतामा राख्नु पर्छ। हामी अहिले गुणस्तर भन्दा पनि कसरि बढी बिरामी उपचार गर्ने भन्ने सोच्न बाध्य छौं ।

१३. स्तन क्यान्सरका बिरामीले के खान मिल्छ के खान मिल्दैन ?

स्तन क्यान्सरको उपचार भइरहँदा बिरामीले तातो, मसालेदार खानाहरु खान हुँदैन। त्यस्तै बोसो, चिल्लो वा भुटेको, पोलेको खाना खान हुँदैन। धेरै गुलियो र चिनियुक्त खानेकुरा पनि खान हुँदैन, धेरै बास्नादार खाना खान हुँदैन, खादा खेरि छिटो-छिटो खान हुँदैन, मद्यपान गर्न हुँदैन। खाने बित्तिकै सुत्न वा पल्टिन हुँदैन ।

दुध, दहि, माछा-मासु, भात-रोटि तरकारी, उसिनेको अन्डा, फलफूल आदि खान मिल्छ। बिरामीले झोलिलो खाने कुरा, जुस तथा पानी प्रसस्त खानु/पिउनु पर्छ। यसले गर्दा बिरामीमा देखिने निर्जलीकरण र केमोथेरापीको बाइप्रोड्क्टहरु हटाउन सहयोग गर्दछ ।

१४. सर्जरी बाहेक केमोथेरापी वा रेडियोथेरापी उपचार गर्दा बिरामीले बच्चालाई स्तनपान गर्न मिल्छ कि मिल्दैन ?

केमोथेरापी, हर्मोनथेरापी, एनेस्थेसिया आदि दिँदा बिरामीले बच्चालाई दूध चुसाउनु हुँदैन। तर रेडियोथेरापी उपचार गर्दा जुन स्तनमा रेडिएसन डोज दिइएको हुँदैन त्योबाट बच्चालाई दूध चुसाउन मिल्छ ।

१५. रेडियोथेरापी गर्दा महिलाको स्तनको छालाको रंग परिवर्तन हुने देखिन्छ किन होला ?

यो रेडिएसनको क्षणिक असर हो। कहिले कहिँ गलत डोज वा ओभर डोजको कारणले पनि स्तनको कलर परिवर्तन हुन्छ। यदि यो सिभिएर छ भने बिरामीले आफ्नो उपचार गरिरहेको डाक्टरलाई देखाउनु पर्छ ।

१६. स्तन क्यान्सर निको भएपछि महिला गर्भवती हुन् सक्छन कि सक्दैनन् ?

स्तन क्यान्सर उपचार गरेको महिला गर्भवती हुन् सक्छन्। तर स्तन क्यान्सर भएका महिलामा क्यान्सर नभएका महिलाको भन्दा गर्भवती हुने क्षमता कम हुन्छ। यति नै समय भन्न त सकिन्न तर केमोथेरापी गरेको कम्तिमा पनि छ महिनादेखि एक वर्ष भित्र गर्भवती हुनु हुँदैन। त्यसले बच्च्मा असर हुने अनुसन्धानले देखाएको छ ।

१७. स्तन क्यान्सर भएको महिलाबाट जन्मेको शिशुमा के कस्तो असर हुने गर्दछन् ?

अध्यनहरुले के देखाएको छ भने स्तन क्यान्सर निको भएको महिलाबाट जन्मेको बच्चामा त्यस्तै खासै केहि असर हुने हुँदैन। तर महिलाले गर्भवती हुने बारे आफ्नो उपचार गरिरहेको डाक्टरसंग परामर्श गर्नु पर्छ ।

१८. नेपालमा स्तन क्यान्सर उपचार खर्च सामान्य नागरिकले बेहोर्न सक्छ? राज्यले स्तन क्यान्सरका बिरामीको उपचार सहज बनाउन के गर्नु पर्ला ?

समयमै क्यान्सर रोग पत्ता लागेमा उपचार सजिलो हुने मात्र होइन पूर्ण निको पनि हुन्छ। सरकारले क्यान्सरका बिरामीलाई एक लाख रुपैयाँसम्मको उपचार खर्च बेहोर्ने गरेको छ। जुन पर्याप्त नभएपनि क्यान्सरका बिरामीलाई ठूलो राहत हो। वर्तमान सरकारले पाँच हजार भत्ता घोषणा गरेको छ क्यान्सर रोगिका लागि। सरकारले यो घोषणालाई शीघ्र कार्यान्वयन गर्नुपर्छ ।

महत्वपूर्ण कुरा के हो भने सरकारले क्यान्सरका बिरामीको सम्पूर्ण उपचार निशुल्क गर्नुपर्छ। यो गर्न सम्भब छ। सरकारले स्वास्थ्य बिमा मार्फत बेहोर्ने गरि सम्पूर्ण सरकारी अस्पतालहरुमा क्यान्सर रोगको उपचार निशुल्क गर्न सक्छ। यूरोपमा यस्तो व्यवस्था छ। क्यान्सर रोग उपचार निशुल्क गरे उपचारमा हुने भेदभाव पनि हट्छ ।

१९. स्तन क्यान्सर नियन्त्रणको

वांकी ४ पेजमा...

शक्ति पृथकीकरणको सिद्धान्त र विधिको शासनमा विश्वास

विराटनगर। नेपाली कांग्रेसका उपसभापति एवं पूर्वउपप्रधानमन्त्री विजयकुमार गच्छदारले शक्ति पृथकीकरणको सिद्धान्त र विधिको शासनका बारेमा आफ्नो गहिरो विश्वास रहेको बताउनुभएको छ।

नेपाल प्रेस युनियन मोरङ शाखाद्वारा बुधवार विराटनगरमा आयोजित शुभकामना कार्यक्रममा उहाँले संविधान सबै राजनीतिक शक्तिहरुको सहमतिको दस्तावेज भएको बताएका थिए।

उहाँले सबै नेपालीलाई आफ्ना असन्तुष्टि, टिकाटिप्पणी र आलोचना गर्ने अधिकार यही संविधानबाट प्राप्त भएको प्रसङ्ग उल्लेख गर्दै प्रमुख दलका नेताले निर्वाचनको अवसरमा जनताका घरआँगनमा पुग्दा सबै समस्या समाधान गर्ने भनेर आश्वासन दिएपनि त्यसो नभएको चिन्ता व्यक्त गर्नुभयो।

उपसभापति गच्छदारले २०७२ साल २५ गते चार दलका नेताहरुबीच १६ बुँदे सहमतिलाई आत्मसात गर्न कसैले पनि हिच्किचाउनु आवश्यक छैन भन्दै थारु, आदिवासी, जनजाति, दलित, मधेशी, महिला र मुस्लिम लगायत हिमाल, पहाड, तराई मधेशमा बसोबास गर्ने सबैले पत्याएको ऐतिहासिक राजनीतिक दल हो भन्ने कुरालाई बेवास्ता गरी विधानमाथि भएको जथाभावी हस्तक्षेपको आलोचना आलोचना गरेका थिए।

विधान मिचेर काखापाखा गर्ने कार्यको घोर विरोध गर्दै उपसभापति गच्छदारले अन्यायमा परेका, पीडित कार्यकर्तालाई न्याय दिलाएर नै छाड्ने भन्दै आगामी महाधिवेशनले पार्टीमा देखिने गुट उपगुटलाई समाप्त पार्न विधानमा संशोधन हुनु पर्ने जिकिर गर्दै नेपाली कांग्रेसलाई बलियो बनाउन भनेर नै आफ्ना तत्कालीन पार्टीका सबै साथी एवं कार्यकतालाई लिएर विधिवत रुपमा नेपाली कांग्रेससँग एकीकरण गरेको स्पष्ट पारेका थिए।

खोलाले बगाएर बालकको मृत्यु

संखुवासभा। संखुवासभाको सभापोखरी गाऊपालिका वडा नं. ६ पात्ले दह स्थित सभाखोलाले बगाएका दुई बालक मध्ये एक जना मृत अवस्थामा फेला परेको छ भने अर्का बालक अझै बेपत्ता भएको छ।

मृत्यु हुनेमा सोही स्थानका भक्त बहादुर बि.क.का ९ वर्षीय छोरा बिपन बि.क. रहेको छ भने उनकै घरमा पाहुना आएका सभापोखरी गाऊपालिका वडा नं. १ का रहि बहादुर बि.क.को ८ बर्षीय छोरा रैतिन बि.क. बेपत्ता भएका छ।

उनिहरु नुहाउने क्रममा खोलाले बगाएको थियो। घटनाको जानकारी पाए लगतै प्रहरी चौकी बाह्रबिसेबाट प्रहरी टोली खटि गई खोजतलास बिपनलाई बगाएको स्थानबाट अन्दाजी ५०० मिटर तल मृत अवस्थामा फेला पारिएको छ भने अर्का बालक रैतिनको खोजतलास भईरहेको छ।

स्तन...

लागि राज्यको तर्फ बाट के-के गरिएको छ ?

राज्यको तर्फबाट स्तन क्यान्सर नियन्त्रणको लागि सरकारी अस्पतालमार्फत स्तन स्क्रिनिङ जस्ता कार्यक्रम संचालन भैइरहेका छन्। सरकारी क्यान्सर अस्पतालहरुमा क्यान्सर शिक्षा र रोकथाम विभाग नै बनाएर सो सम्बन्धि जनचेतनामुलक कार्यक्रम संचालन भइरहेका छन्। यी कार्यक्रमलाई अझ व्यापक बनाउनु पर्छ। कार्यक्रम दुर-दराजका गाउँ-गाउँसम्म पुर्याउनु पर्छ।

२०. अक्टुबरलाई स्तन क्यान्सर जनचेतना महिनाको रुपमा मनाइन्छ यो रोग नियन्त्रण, डाइग्नोसिस र उपचारको लागि के कस्ता कार्यक्रम तय भएका छन् ?

राज्यस्तरबाट त त्यस्त केहि कार्यक्रम तय भएजस्तो लाग्दैन। तर अघि भने जस्तै क्यान्सर अस्पतालस्तरबाट जनचेतना सम्बन्धि कार्यक्रमहरु संचालन भैरहेका छन्। पर्चा पम्प्लेट बाँड्ने, पोस्टरहरु डिस्प्ले गर्ने आदि कार्यक्रम भएका छन्।

२१. नेपालमा क्यान्सरका बिरामीमध्ये कति प्रतिशत जति महिलामा स्तन क्यान्सर देखिने गरेको छ ?

सन् २०२० को आकडामा ग्लोबल क्यान्सर अब्जरभेटरीका अनुसार नेपालमा ९.६३ प्रतिशत महिलामा क्यान्सर रोग देखिएको पाइन्छ। सबैभन्दा बढी फोक्सोको क्यान्सर र त्यसछि पाठेघर क्यान्सरका बिरामी छन् भने तेस्रोमा स्तन क्यान्सरका बिरामी छन्।

२२. स्तन क्यान्सर नेपालमा नियन्त्रण हुँदै गइरहेको छ कि बढेको छ ?

स्तन क्यान्सर उपचार सुविधा बढ्दै गइरहेको छ। नियन्त्रण गर्न विभिन्न पहल भएका छन् तर यसको खास कारण र उपचार पत्ता नलागेकाले नियन्त्रण गर्न गाह्रो छ। स्तन क्यान्सर सम्बन्धि महिलाहरु सचेत भए भने यो क्यान्सरको दर घटाउन सकिन्छ। त्यो भनेको समयमै स्क्रिनिङ गर्ने, समयमै अस्पताल जाने आदि हो।

२३. केही वर्षयता नेपालमा स्तन क्यान्सर बढेको देखिन्छ, किन होला ?

पछिल्लो समय नेपालमा क्यान्सर डाइग्नोसिस सुविधा बढेको र क्यान्सर सम्बन्धि जनचेतना बढेको कारण मानिसहरुले समयमै चेक-जाँच गर्ने भएकाले होला स्तन क्यान्सरका बिरामी बढेका पाइन्छन्।

२४. स्तन क्यान्सर- क्यान्सर रजिस्ट्रीको व्यवस्था नेपालमा छ कि छैन ?

नेपालमा देश व्यापीरुपमा क्यान्सर रजिस्ट्रीको व्यवस्था छैन तर केहि अस्पतालहरुमा क्यान्सर रजिस्ट्रीको व्यवस्था छ। विस्तारै यो देशव्यापी हुन्छ।

२५. स्तन क्यान्सरको सबैभन्दा प्रभावकरी उपचार पद्धति कुन-कुन हुन् ?

माथि उल्लेख गरेजस्तै सर्जरी, केमोथेरापी र रेडियोथेरापी स्तन क्यान्सरका प्रभावकरी उपचार पद्दति हुन्।

२६. स्तन क्यान्सरको रेडियोथेरापी उपचार कतिको भरपर्दो उपचार पद्दति हो?

नेपालमा स्तन क्यान्सरको प्राथमिक उपचारको रुपमा रेडियोथेरापी उपचार गरेको त्यति पाँइदैन। तर रेडियोथेरापी प्रभवकारी उपचार पद्दति हो। नेपालमा प्राय: सर्जरी वा केमोथेरापी पछि रेडियोथेरापी वा कम्बाइन्ड (एड्जुभेंट/नियो-एड्जुभेंट) रुपमा उपचार गर्ने गरिन्छ।

२७. नेपालमा प्राय: स्तन क्यान्सरका बिरामीको सर्जरी गर्ने गरेको पाइन्छ? के सर्जरी अरु उपचार पद्दति भन्दा प्रभावकारी हो ?

सर्जरी प्रभावकारी उपचार पद्दति हो। तर कुन पद्दतिबाट उपचार गर्ने वा गर्दा राम्रो हुन्छ भन्ने कुरा ट्यूमर बोर्डले निर्णय गर्छ क्यान्सर अस्पतालमा। कुन पद्दति बढी प्रभावकारी हो भन्ने कुरा बिरामीको विभिन्न सूचकहरुले निर्धारण गर्छ।

२८. प्राइमरी ट्यूमर लोकलाइज्ड छ भने पनि सर्जरी गर्नै पर्छ? कि केमोथेरापी वा रेडियोथेरापीद्वारा उपचार गर्न सकिन्छ ?

यसको निर्धारण ट्यूमर बोर्डले गर्छ। यदि प्राइमरी ट्यूमर लोकलाइज्ड छ भने उपचार सजिलो हुन्छ। बिरामीको सर्भाइबल दर (रेट) पनि बढी हुन्छ।

२९. नेपालमा प्राय अस्पतालहरुमा ट्यूमर बोर्ड बनाएको देखिँदैन किन होला? के यो जनशक्तिको अभावले हो कि चिकित्सकहरु एकअर्कोसंग समन्वयको कमी हो ?

नेपालमा क्यान्सर रोग उपचारको इतिहास लामो छैन/होइन। विगतमा आवश्यक जनशक्तिको अभावका कारण यस्ता बोर्ड नभएका हुन् तर अहिले विस्तारै प्राय सबै क्यान्सर अस्पतालहरुमा कुनै न कुनै रुपमा ट्यूमर बोर्ड सक्रिय छन। अबका दिनहरुमा यस्तो बोर्ड क्यान्सर अस्पतालमा अनिवार्य हुनेछन्।

३०. स्तन क्यान्सरका बिरामीको सामान्यतया सर्भाइबल कति हुन्छ ?

३१. क्यान्सरका बिरामीको उपचारमा अहिले सरकारको तर्फबाट एक लाख र थप ५ हजार उपचार खर्च र भत्ता पाउँछन्। सरकारले यसरी पैसा बाँड्नु भन्दा क्यान्सरका बिरामीको उपचार निशुल्क गर्न सकिँदैन ?

सकिन्छ। यसरी पैसा बाँड्नु वैज्ञानिक छैन। यो रोक्नु पर्छ र क्यान्सरका बिरामीको सम्पूर्ण उपचारको जिम्मा राज्यले लिनुपर्छ। नेपाल सरकारले क्यान्सरका बिरामीलाई मासिक पाँच हजार भत्ता दिने निर्णय स्वागतयोग्य भएपनि यो पर्याप्त वा वैज्ञानिक छैन। यो पैसाले बिरामीले औषधि समेत किन्न पुग्दैन कतिपय अस्वस्थामा। विगत देखिनै सरकारले क्यान्सरका बिरामीलाई एक लाख रुपैयाँ सहयोग गर्ने गरेको छ। यी दुवै व्यवस्थाबाट क्यान्सरका बिरामीलाई राहत पुगे पनि यी कदम दीर्घकालिन छैनन्/होइनन्। राज्यले यसरी पैसा बाँड्नु भन्दा देशैभर गुणस्तरिय क्यान्सर अस्पतालको लागि लगानी गर्नु पर्छ र क्यान्सर रोगको उपचार पूर्ण रुपमा निशुल्क गर्नु पर्छ/हुनुपर्छ। क्यान्सरका बिरामीलाई पैसा भन्दा गुणस्तरीय उपचार आवश्यक छ/हुन्छ।

नेपालमा हाल करिव २९ हजार क्यान्सरका बिरामी रहेको छन्। २९ हजार जना क्यान्सरका बिरामीलाई ५ हजारका दरले भत्ता दिँदा मासिक १४ करोड ५० लाख रुपैयाँ जान्छ। यसरी वर्षमा करिब एक अर्ब ७४ करोड रुपैयाँ जान्छ। त्यस्तै एक लाखका दरले २९ हजार बिरामीलाई पैसा तिर्दा २ अर्ब ९० करोड गरि जम्मा करिब ४ अर्ब ६४ करोड रुपैयाँ राज्यको क्यान्सरका बिरामीको लागि लगानी हुन्छ-एक बर्षमा। यो पुँजीले नेपालमा एकै बर्षमा कम्तिमा २ वटा युरोपिएन स्तरका क्यान्सर अस्पताल निर्माण-संचालन गर्न सकिन्छ र ती अस्पतालबाट सम्पूर्ण क्यान्सरका बिरामीलाई निशुल्क उपचार दिन सकिन्छ।

क्यान्सर रोग विश्वव्यापी मृत्युको प्रमुख कारण बन्दै गइरहेको छ। सन् २०३० सम्ममा २१.६ मिलिएन अर्थात् २ करोड १६ लाख क्यान्सरका बिरामी प्रत्येक वर्ष थपिने अनुमान गरिएको छ। संक्रामक रोगहरु सहित मृत्युको अन्य कारणहरुको तुलनामा क्यान्सरबाट हुने अपांगता तथा मृत्युको कारण विश्वमा ठुलो आर्थिक भार झेल्नु पर्ने देखिन्छ। तसर्थ आर्थिक तथा सामाजिक भार घटाउनको लागि क्यान्सर रोग नियन्त्रण तथा उपचारको लागि तत्काल कदम चाल्नु पर्ने देखिन्छ।

क्यान्सर रोग संग लड्न क्यान्सर रोग सम्बन्धि अनुसन्धान बढाउनु पर्छ। तर क्यान्सर रोग सम्बन्धि अनुसन्धानले बिश्वमाअझै पनी ठुलो चुनौतिहरुको सामना गरीरहेछ जस्तै अतिरिक्त प्रभावी रोकथाम र प्रारम्भिक पत्ता लगाउने रणनीतिहरुको विकास, निदान प्रक्रियामा प्रगति, कम लागतमा जीवन बचाउन उपचारको विकास, अन्तर्राष्ट्रिय सहयोगी नेटवर्कहरु लाई बढाउन, दिगो कोष मोडेलको स्थापना, अनुसन्धान/प्रशिक्षणको अवसरहरु लाई बढाउन, र परिभाषित क्यान्सर नियन्त्रण गर्नको लागी राष्ट्रिय स्वास्थ्य सेवा प्रणालीमा अनुसन्धानको लागि पूर्वाधार तय गर्नु आवश्यक छ।

३२. अन्त्यमा स्तन क्यान्सरबाट बच्न महिलाहरुले न्यूनतम कुन कुन कुराहरुमा ध्यान दिनुपर्छ ?

महिलाहरुले आफ्नो स्वास्थ्यको ख्याल आफैं राख्नु पर्छ। आफ्नो स्वास्थ्य सम्बन्धि समस्या लाज नमानी निर्धक्क भन्नु पर्छ। परिवारको सहयोगको ठुलो खाँचो हुन्छ। सरसफाईमा ध्यान दिँदै पौष्टिक खानेकुरा खानु पर्छ। धूम्रपान र मध्यनपानबाट टाढै राख्नु पर्छ। आफूलाई स्तन सम्बन्धि कुनै रोगको शंका लागे नजिकैको क्यान्सर अस्पताल वा स्वास्थ्य संस्थामा गई चेक-जाँच गर्नपर्छ।

३३. के महिलाको जस्तै पुरुषमा पनि स्तन क्यान्सर हुन् सक्छ ?

हुन सक्छ। तर यो क्यान्सर पुरुषहरुमा बिरलै देखिन्छ। यो रोग बुढ्यौलीमा बाढी देखिन्छ तर जुनसुकै उमेर समूहका पुरुषमा हुनसक्छ। नेपालमा केहि पुरुषहरुमा स्तन क्यान्सर देखिएको पाइन्छ। पुरुषमा स्तन क्यान्सर देखिनुको कारणहरुमा:आनुवंशिकता, विकिरण, बढ्दो उमेर, आलश्यपूर्ण जीवनशैली, बोसोयुक्त आहार, धूम्रपान-मद्यपान, हार्मोनल कारक, विषादीयुक्त खाना आदि पुरुषहरुमा स्तन क्यान्सर हुनुका प्रमुख कारणहरु हुन्।

(अधिकारी अन्तर्राष्ट्रिय मान्यताप्राप्त रेडिएसन ओङ्कोलोजी फिजिसिस्ट हुन्। हाल उनी बाँकेस्थित सुशिल कोइराला प्रखर क्यान्सर अस्पतालमा कार्यरत छन्।)

सुनसरी मोरंग सिचाई आयोजनाको नहर प्रणाली क्षेत्र भित्र अनाधिकृत रुपमा बनाइएका घर टहरा तथा घेरवारहरु हटाउने बारेको

अत्यन्त जरुरी सूचना

यस सुनसरी मोरंग सिचाई योजना अन्तर्गत मूल नहर शाखा, उपशाखा, प्रशाखा, टर्सरी र भि.सी. नहरको डिल अतिक्रमण गरी अनाधिकृत रुपमा घर, टहरा बनाई बसोवास गरेको, बालीनाली, बोटविरुवा, दलहन तथा परालको माच, टाल आदि लगाएको र नहरको डिल भत्काई पानी संचालन र नहर मर्मत सम्भार एवं सर्भिस रोड समेत अतिक्रमण भई नहर संचालन गर्न कठिनाई भएका साथै नहरको जग्गा संरक्षण र व्यवस्थापनमा समेत कठिनाई परेकोले बनाईएका घर टहरा गोठ एवं अन्य सामग्री र गार्य बस्तु बाध्न पूर्ण रुपमा रोक लगाईएको व्यहोरा सरोकारवाला सबैमा जानकारी गराईन्छ। यो सूचनालार्य अटेर गरि नहरको डिलहरुमा कुनै किसिमको घर, टहरा, बाली-नाली, बोटविरुवा, दलहन तथा परालको माच, टाल नहरको डिलमा रहेको पाइएमा सो कार्यालयले हटाउन परेको खण्डमा सोको हर्जाना समेत सम्बन्धित व्यक्तिहरुबाटै असुल उपर गरिने र हटाउँदा पर्ने क्षतिको जवाफ देही समेत सरोकारवाला आफैले व्यहोर्नु पर्ने व्यहोरा जानकारी गराईन्छ।

सुनसरी मोरंग सिंचाई आयोजना विराटनगर

क्राईम अपरेशन
CRIME OPERATION

दिदी बहिनीले दाजुभाईलाई लगाउने टीका हर्सोउल्लासका साथ सम्पन्न

बिराटनगर । यमपञ्चकको पाँचौ दिन भाईटीका हर्सोउल्लासका साथ सम्पन्न भएको छ । शुभ साईत ११ बजेर २ मिनेटमा रहेको भएता पनि दिनभरी नै शुभ साइत नै भएकोले दाजुभाई दिदी वहीनीले दिन भरी नै टिका लगाइएको थियो । त्यसै गरी यसपालिका भाईटीका लगाउँदा प्राय दाजुभाई पूर्व मुख फर्केर र दिदीबहिनीहरुले पश्चिम मुख फर्केर टीका लगाएका थिए ।

भाईटीकाको चहलपहल घर-घरमा शनिवार विहानै देखि शुरु भई सकेको थियो । भाईटीका लगाउन दाजुभाईहरुले आ-आफ्ना दिदीबहिनीका घर पुगी टिका लगाउने काम गरेका थिए ।

सप्तरङ्गी टिकाहरु, कहिल्यै नओईलाउने मखमली अथवा सुपारी फूलको माला, सेलरोटी, अनर्सा, मिठा स्वादिला चकलेट, काजू, किसमिस, नरीवल, छोहडा, मिठाई, मरमसाला लगायतका खानेकुराहरुसहित दिदीवहिनीले दाजूभाइको आ-आफ्नो जातिय परम्परा आनुसार पूजागर्ने चलन रहेको छ ।

भाइटीकाको सम्वनधमा एउटा जनउक्ति अर्थात कथा नै रहेको छ । 'एकजना चेलीले आफ्नो दाजूलाई टिका लाउँदैगर्दा यमराजको दूत उनको दाजूलाई लिन आईपुग्दछ । यमदूतका अनुसार उनको दाजुको उमेर पुगिसक्यो अनि अब उनको मृत्यू निश्चय छ । ति चेलीले यमदूतलाई टिकाटालो नसकुन्जेलसम्म पर्खिन भन्छिन र टिकाटालोका क्रममा यमदुतलाई पनि सँगै राखेर टिकाटालो अनि पूजा गर्दछिन् । यसरी चेलीको श्रद्धा अनि सम्मानबाट खुशीभएका यमदुतले प्रसन्न भएर चेलीलाई वरदान माग्न भन्दा उनले मेरा दाजूलाई नलग्नु भनेर वरदान माँगेर बचाएको अर्थात् चेलीको मायाले दाजभाइको मृत्युसमेत टर्दछ भन्ने जनविश्वास रहेको छ' ।

यमराजले पनि आफ्नो बहिनीसँग यमपञ्चकको पाँचौ दिन टिका लाउँदा बहिनीले वरदानस्वरुप हरेक वर्ष दाजूलाई यसैगरि टिका लगाउन र पुज्न पाँउ भन्ने कुरा मागेकाले भाइटिकाको चलन चलिआएको किंवदन्ति रहेको छ ।

दिदी-बहिनीले पान, सुपारी, नरिवल या मिठाई लगायतका कुराहरु दिएर दशैं पश्चातनै दाजूभाइलाई भाइटिकाको निम्तो दिने चलन छ । यसरी निम्तो पाएका दाजूभाइहरु आज दिदीवहिनीसंग टिका लगाउँदछन् । टिका लगाउनुपूर्व दिदीबहिनीले दाजूभाइलाई विशेष पूजा गर्नका लागि भूँईमा चकटि ओछ्याएर बसेको ठाँउ वरिपरि कलशमा तेल-पानी राखेर हरियो दूवोबाट पातलो धारा बगाउँदै पाँचपटक अथवा सात पटक घुमेर घेर्ने कार्यबाट पूजा प्रारम्भ गरिन्छ । त्यसपश्चात् अक्षता, फूल, चन्दन, धानलाई भूटेर तयार भएको लाभा छर्कदैं कलशको पानीलाई दुबोले अभिसेषगर्दै पूजा गर्दछन् । यमराजको प्रतिक मानेर विमिरा (एक प्रकारको ठूलो कागति प्रजातिको फल) को पूजा गरिसकेपछी, दैलोमा ओखर राखेर ढुङ्गाको लोहोरोले फूटाई ढोका ढ्याप्प लगाएर काललाई छेक्ने चलन छ । कहिल्यै नओइलाउने मखमली अथवा सुपारी फूलको माला, सदैव हरियो रहने दुबो अनि सयपत्रीको माला लगाएर आफ्ना दाजूभाइको आरोग्य अनि दिर्घायूको कामनागर्ने चलन छ ।

शिरमा तोरिको तेल लगाएर दाजुभाईको कपाल कोरेर अनि सप्तरङ्गी टि लगाईदिएपछि दाजुभाईले पनि दिदीवहिनीलाई टिका लगाईदिन्छन् । सप्तरङ्गी टिकाको कला एकअर्काको निधारमा सप्रेम लगाइसकेपछी दिदीबहिनीहरु आफ्नो गक्ष अनुसारको फलफूल, नैवेध, मरमसला दाजुभाईलाई प्रदान गर्दछन भने दाजुभाइले पनि आफ्नो गक्ष अनुसारको दक्षिणा या अन्य उपहारहरु दिदीवहिनीको पाउमा राखेर ढोग्दछन् ।

आजको दिन अधिकांश निधारहरु सप्तरङ्गी हुन्छन्, दिदीवहिनी नभएकाहरुले कसैलाई दिदीबहिनी मानेर या मठ मन्दिरमा अनि काठमाण्डौको रानी पोखरीमा गएर टिका लगाउने अनि सामूहिक भाइटिकामा जाने चलन पनि छ ।

आजको दिन लामो समयदेखि भेटघाट नभएका दाजूभाइ तथा दिदीबहिनीको आज भेटघाट हुँदैछ । आपसमा माया अनि सद्भाव साटासाट हुँदैछ । नेपाल, भारत, भुटान, म्यानमार अनि थाइल्यान्डमा समेत यस चाडको आ-आफ्नै तरिकाले मनाउने चलन छ । भातृत्व अनि आत्मियताको आजको दिन साँच्चैनै अत्यन्त महत्वपूर्ण र रमाईलो हुन्छ । यस महान पर्व तिहारको आज पाँचौ दिन यमपञ्चकको औपचारीक अन्त्य हुँदैछ । दशैंलाई विस्तारै विदा गरेर तिहारको रमाईलोमा लुटपुटिदै गर्दा तिहारको झटपट विदाईले साह्रै नरमाईलो पनि हुन्छ । पर्वीय विदाहरू सक्किएर अब विद्यालयहरू सूचारु हुन्छ, कार्यलयमा पनि नियमित दैनिकीका कामकाजले आफ्नो गति लिनथाल्दछ । हिउँदका छोटा दिनहरु हुर्किंदै गएर न्यानो कपडा अनि तातो खानपान समेत प्राथमिकतामा पर्न थाल्दछ

काग, कुकुर, गाई, गोरु अनि देउँसे भैलेकाका आर्शिवाद हामीलाई लागोस्, वर्षभरि खुशीका प्रकाशहरु आँगनमा फैलिरहोस अनि माया प्रेम अनि सहभाव बढ्दै जाओस यही छ शुभकामना ।

छठ पर्वको इतिहास र महत्व

छठ पर्वमा महिलाको महत्त्वपूर्ण भूमिका हुन्छ । यसमा महिलाहरू अग्र भूमिका खेल्ने भएकाले उनीहरूको नेतृत्वमै यो पर्व सदियौंदेखि सम्पन्न हुँदै आएको छ । शारीरिक र मानसिक रूपले स्वस्थ घरकी ज्येष्ठ महिलाको अग्रसारितामा सम्पूर्ण परिवार, पति र सन्तानका सुख, समृद्धि र सम्पन्ताका लागि छठ पर्व प्रत्येक वर्ष मनाइने परम्परा अद्यापि जीवन्त छ ।

घरका पुरुष वर्गले पूजाआजाका सबै सामानहरूको चाँजोपाँजो मिलाए पनि यसको सम्पूर्ण व्यवस्थापन महिलाले नै गर्ने गर्छिन् । महिलाको कडा निगरानी एवं निर्देशनमा मात्र पुरुष वर्गको सहभागिता यसमा देखिन्छ । यसबाट के प्रष्ट हुन्छ भने महिलाको महिमा एवं गरिमा सम्पूर्ण रूपमा सम्मानित हुन्छ यस पर्वमा । महिलामाथिको थिचोमिचो यसमा देखिँदैन । समाजमा महिलाको मानमर्यादालाई यसरी समाजमा स्वीकृत भएको पाइन्छ । महिलाको अग्रगण्य भूमिका समाजमा प्रचलित रहेको टड्कारो परिणाम यस पर्वबाट प्रमाणित हुन जान्छ । लगातार चार दिनसम्मको अनुष्ठान अनुकरणीय हुन्छ ।

महिलाहरूको त्याग, तपस्या र सहनशीलताको अनुपम उदाहरण यो पर्वबाट पुष्टि हुन जान्छ । विश्वको प्रायःजसो सबै संस्कृतिमा सूर्योपासना पद्धति प्रचलित पाइन्छ । यसको शैलीमा अवश्यमेव आ-आफ्नो संस्कृतिको छवि र छायाँ झल्किन्छ तर सूर्योपासनाको परम्परालाई प्रायः सबै संस्कृतिमा स्वीकार गरिएको पाइन्छ । हिन्दु संस्कृतिमा सूर्यलाई पूजनीयः सम्माननीय र आदरणीय देउताको रूपमा मानिने धेरै प्राचीन परम्परा जीवन्त छ । मुख्य रूपमा यस पर्वलाई नेपाल र भारतका केही भागहरूमा मनाइने भएकोले र यो क्षेत्र प्रायः हिन्दु धर्मावलम्बी भएकोले यस पर्वमा महिलाको भूमिका महत्त्वपूर्ण हुनु महिला सशक्ती करणको एउटा दरिलोउदाहरण भन्न सकिन्छ । व्रतालु महिलालाई नमन गर्ने प्रथाबाट पनि यो कुरो स्पष्ट हुन जान्छ ।

'यत्र नार्यस्तु पुज्यन्ते रमन्ते तत्र देवता' को वैदिककालमा उन्नति र उत्थान पूर्ण स्थान महिलाको रहेछ भन्ने कुरो पुष्टि हुन आउँछ । विशेषतः मिथिलाञ्चलका महिला घुम्टो प्रथामा बस्नको लागि अभ्यस्त र अभिशप्त हुन्छन् । उनीहरू अन्य बेलामा त्यति स्वतन्त्रताको अनुभव गर्दैनन् तर छठ पर्वको अवसरमा उनीहरू उपवास, गीत, संगीत, तथा नृत्यद्वारा आफ्नो गुनासा र गन्थन सूर्य देवलाईपोख्ने गर्दछन् ।

आराध्य देव सूर्य भएको हुनाले उनको समक्ष आफ्नो पीर मर्का पोख्नका लागि उनीहरू स्वतन्त्र हुन्छन् । घरदेखि घाटसम्म उनीहरू आफ्नो मनोनुकूलको गरगहना र साज शृंगार गरेर पूजाभावले भरिपूर्ण भएर सूर्यलाई अनुनय-विनय गर्दै आफ्नो अधिकार जनाउँछन् । यो व्रतभरिको अवधिमा यिनीहरू घुम्टो उघारेर स्वतन्त्रता पूर्वक सूर्य देवतासमक्ष आफ्नो भक्तिभावनाको अभिव्यक्ति गर्दछन् । पर्वको यो मौलिक विशेषता भएकोले महिला सशक्तीकरणको स्वर यहाँ टड्कारो रूपमा सुन्न सकिन्छ । सन्तानहीन महिलामा अवश्यमेव दीनहीन भावनायुक्त अन्तरवेदनाको अनुगुन्ज सुनिन्छ । तर अन्य महिलामा सशक्त स्वरमा महिला अधिकारको आवाज अभिव्यक्त भएको हुन्छ ।

अस्ताचलगामी सूर्यलाई छठ मैया भनेर महिलाको शक्तिलाई पूजा-आजा गरिन्छ । उषा दिनकरकी बहिनी हुनुहुन्छ । महिला पनि उत्तिकै सम्मानित, पूजित र समादृत स्थान राख्दछ, जति पुरुष । अस्ताउँदो सूर्यलाई विश्वको कुनै पनि मुलुकमा पूजाआजा गर्ने परम्परा छैन । तर सम्पूर्ण मिथिलाञ्चलमा अस्ताउँदो सूर्य अर्थात् उसकी बहिनी उषाको रूपमा पूजाआजा गर्ने सदियौं पुरानो परम्परा रहेछ । उषालाई छठी मैयाको रूपमा पुज्ने प्रथा मैथिल समाजमा भएकोले महिला सशक्तीकरणको टड्कारो उदाहरण को रूपमा यस पर्वलाई लिन सकिन्छ ।

प्राचीन ग्रन्थ ऋग्वेदमा सूर्योपासनाको महत्त्वलाई 'हे जाज्वल्यमान सूर्यदेव' भनेर सम्बोधन गरिएको छ । मत्स्य पुराणमा आरोग्य भास्करो दिच्छेत अर्थात् सूर्यबाट आरोग्यताको कामना गरिन्छ । यसैगरी पदम पुराणमा सूर्योपासना मात्रेण सर्वरोगता प्रभुत्येत अर्थात् सूर्यको उपासनाबाट सबै प्रकारको बिरामीबाट मुक्त होइन्छ । परम्पराः- सृष्टिको उषाकालदेखि छठ पर्व मनाउने परम्परा प्रारम्भ भएको मानिन्छ । मानव सभ्यता संस्कृतिको विकासको आरम्भकाल देखि नै मानिस सूर्य चन्द्र र पृथ्वीको पूजा गर्दै आएका छन् । त्यस्तै नदी, नाला र रूखबिरुवाको पनि पूजा-आजा गर्दै आएको प्रमाण भेटिन्छन् । हिन्दु धर्म र संस्कृतिमा ठूलो स्थान ओगटेको र सम्पूर्ण मिथिलाञ्चलका सर्व श्रेष्ठ चाडको रूपमा मनाइने छठ व्रत कार्तिक शुल्क पक्षको षष्ठी र सप्तमी तिथिमा बडो निष्ठा र श्रद्धाका साथ सम्पादित हुँदै आएको छ । सूर्यलाई पृथ्वीको सृष्टिकर्ता मानेर मानिसले पूजाआजा गर्दै प्रारम्भिककालमा आरम्भ गरेको परम्परा अद्यापि जीवन्त रहेको पाइन्छ । कार्तिक शुक्ल षष्ठी तिथिको सन्ध्याकालमा अस्ताउँदै गरेको सूर्यलाई अर्घ्य दिँदै व्रतालु भक्तजनहरूले अर्को दिन सप्तमी तिथिमा सूर्यलाई आरती र अर्घ्य प्रदान गरेपछि छठ व्रतसम्बन्धी कथाको वाचन र श्रवण गरेर समापन गरिन्छ । समापनपछि इष्टमित्रहरू र परिवारजनको बीच प्रसाद, फलादी प्रदान गरेर व्रतालुहरू स्वयंले पनि खाने गर्दछन् ।

छठ व्रतलाई षष्ठीमाता वा छठीमाई वा छठ परमेश्वरीको व्रत भनेर पनि पूजा-आजा गर्ने प्रचलन मिथिलाञ्चलमा जीवितै छ । छठीमाई देव सेनापति स्कन्ध कुमारकी सहचरी तथा भगवान् शंकरकी पुत्रवधू थिइन् । उनलाई छठीमाईको रूपमा पूज्ने गरिन्छ । महासती हुनाले दुर्गे महादुर्गे नामले उनलाई सम्बोधन गरिन्छ । सतीको साक्षी भगवान् भाष्कर भएकोले यस चाडलाई सूर्य षष्ठी भनिन्छ । मिथिलाञ्चलमा धेरैजसो र अवधी तथा भोजपुरी क्षेत्रमा अहिले भारतको हरिद्वार तथा मुम्बईमा प्रचलित यस सूर्य व्रतको प्रतिपादन हजारौं वर्ष पूर्व महर्षि याज्ञवल्क्यले गर्नुभएको थियो । छठीमाई नै षष्टी देवी हुन् ।

प्रथम स्वयम्भू मनु महाराज जसलाई सृष्टिका आदिपुरुष पनि भनिन्छ उनको ज्येष्ठ पुत्र प्रियवर्त राजनले उपासना गरेर यसको सुरुवात गर्नुभो । उहाँले सात दिनसम्म लगातार सूर्योपासना गरेर राति सूर्योदय गराउनुभो । सूर्यको रथको चक्काबाट सात समुद्र निस्कियो जुन षष्ठी माईको प्रभाव थियो । यस्तो लोकविश्वास पाइन्छ । धर्मशास्त्रमा के पनि उल्लेख पाइन्छ भने आजभन्दा पाँच हजार वर्ष पूर्व कृष्ण-बलरामलाई छठीको राति सोह्र कहारले बोकेको पालकी चढेर छठी माई आशीर्वाद दिएर फर्केकी थिइन् । भविष्योत्तर पुराणको प्रकृति खण्डमा वर्षभरिकै छठी व्रतको विधि विधान उल्लेखित छ । वर्षभरिको विधि विधान सबैलाई सम्भव नभएको हुनाले वर्षमा दुई पटक कार्तिक शुल्क षष्ठी र चैत्र शल्क षष्ठी तिथिमा छठीव्रत सम्पन्न गर्ने गरिन्छ । त्रेतायुगमा सर्वप्रथम चक्रवर्ती सम्राट् दशरथकी महारानी कौशल्या छठीव्रत गरेर सन्तान वती भएकी थिइन् । महाभारत कालमा कुन्तीले यसव्रतको पूजा गरेर कर्णजस्तो दे दिण्यमान पुत्र पाउने सौभाग्य प्राप्त गरेकी थिइन् । अतः सन्तानोत्पति र असाध्य रोगबाट मुक्तिको लागि छठीव्रतको पूजाआजा गर्ने परम्परा अद्यावधि प्रचलित छ । चर्मरोगले ग्रस्त भक्तजनहरूले यस पूजाको अनुष्ठान गरेपछि रोगमुक्त भएका कतिपय उदाहरणहरू भेटिन्छन् ।

पूजन सामग्रीहरूः- छठ पर्वमा चाहिने पूजन सामग्रीहरूमा ६० किसिमको चीजबीजको विधिविधान निर्धारित गरिएको छ तर यो सबै अचेल सम्भव नभएकोले 'अभावे शाली चूर्णम'को विधि अपनाइन्छ अर्थात् सबै व्रतालुहरूले आफूले सकेसम्म जति सम्भव हुन्छ त्यत्तिनै सामग्रीहरूको सरजाम जोडेर पूजाआजा गर्ने गर्दछन् । पारिवारिक सुख, स्वास्थ्य र कल्याणको लागि गरिने छठ व्रतमा मुख्यतः गहुँ र गुडको मिश्रण गरेर तयार पारिएको ठेकुवा (खजुरिया) र चामलको पिठो र सक्खर मिलाएर पकाएको कसार (भुसवाको) बाहेक केरा, नरिवल, उँखु, कागती, भोगटे, सक्खरखण्ड, अदुवा, बेसार, पान, मखाना र मिष्ठान्न आदिकोविविध प्रकारको प्रावधान गरिएको छ । मौसमी फलफूलहरू र वनस्पातिक वस्तुहरू को बाहुल्य पाइन्छ किनभने सम्पूर्ण मिथिलाञ्चल शतप्रतिशत कृषि प्रधान प्रदेश रहेको छ । यसमा धानजस्तो अन्न गमढीको मगम गाउँदो बास्नायुक्त खीर शुद्ध मानिन्छ ।

कोशिया कुरवार भनिने घैला र केरा जति महँगो भए पनि यसको व्यवस्था गरिन्छ । माटोको हात्ती सूर्यको रथको प्रतीकको रूपमा प्रयुक्त हुन्छ । कन्दमूल प्रधान यस पर्वमा बाँसद्वारा निर्मित 'सूप' मा सबै सामग्रीहरू सजाइन्छ । प्रत्येक सूपमा एक-एक दीप प्रज्वलित गरेर व्रतालुहरू नदी वा पोखरीमा घुँडासम्म पानीमा उभेर सूर्य देवतालाई अर्घ्य दिने शास्त्र अनुमोदित विधि विधान छ । सम्पूर्ण पूजा सामग्रीको बीचमा तीनवटा उखुको लग्गा बाँधी कोशिया भर्ने गरिन्छ । प्रत्येक कोशियामा एक-एक दीप बालिन्छ । कोशियाकोसंख्या भाकलअनुसार निधारित गरिएको हुन्छ ।

नाङ्लो नयाँ र ढकीको प्रयोग शुद्ध मानिन्छ । प्रसाद र पूजन सामग्रीले यो सुसज्जित हुन्छ । यी पूजा सामग्रीहरूलाई नयाँ कपडाले छोपेर त्यसमाथि दीप बालेर राखिन्छ । व्रतालुहरूले यसलाई शिरमा राखेर नृत्य गर्दै घरदेखि घाटसम्म जान्छन् । लोकतान्त्रिक चाड छठ मिथिलाञ्चलमा गणतन्त्रको परम्परा प्राचीन रहेछ । राजर्षि जनकले नै सर्वप्रथम लोकतन्त्रको प्रारम्भ गरेको कुरो ऐतिहासिक सत्य सावित भइसकेको छ ।

त्यस समयदेखि लोकतन्त्र र प्रजातन्त्रको बीजारोपण भएको पाइन्छ । मानव सभ्यताको विकास भएको समयदेखि छठ चाडको शुभारम्भ भएको कुरो प्रमाणित भइसकेको छ । सूर्य साक्षात् देवता हुन् र यसलाई हामी