राष्ट्रिय दैनिक

समाचार दैनिक

जनकपुर

Email: sdainik99@gmail.com
Website www.esamachardainik.com

विज्ञापनको लागि सम्पर्क
९८५४०२०९२२
९८५४०२५१६४

वर्ष ७ अंक २१६ २०८२ फागुन २८ गते विहिवार (12 March. 2026) पृष्ठ ४ मूल्य रू. ३।-

मधेशमा ८० आँप उत्पादनको संकेत, किसान उत्साहित

-वीरेन्द्र कर्ण

जनकपुरधाम, २७ फागुन । पूर्वी धनुषाको लक्कड गाउँका ७० वर्षीय किसान अयोधी बिन आफ्नै बगैँचामा फुलेको आँपको मञ्जरी हेर्दै खुसीले दंग छन्। आँपका बोटहरूमा पातै ढाक्ने गरी लागेको फूलले यस वर्ष राम्रो उत्पादन हुने संकेत देखिएको भन्दै उनी जस्तै मधेशका हजारौँ किसान आशावादी बनेका छन्।

कृषि विकास निर्देशनालय, मधेश प्रदेशका विज्ञहरूका अनुसार चैत(बैशाख महिनामा चल्ने हावाहुरी, असिना तथा मधुवा रोगको प्रभाव नपरेमा यस वर्ष मधेश प्रदेशमा आँप उत्पादन उल्लेख्य हुने सम्भावना छ। उनीहरूका अनुसार प्रदेशका आठवटै जिल्लामा यस वर्ष करिब ८० प्रतिशतभन्दा बढी उत्पादन हुने अनुमान गरिएको छ।

निर्देशनालयका वरिष्ठ वागवानी विकास अधिकृत प्रदीपकुमार यादवका अनुसार यस वर्ष मधेश प्रदेशका किसानहरूले करिब ३० हजार ८ सय हेक्टर क्षेत्रफलमा आँप खेती गरेका छन्। मौसम अनुकूल रहिरहेमा प्रदेशमा चार लाख मेट्रिक टनभन्दा बढी आँप उत्पादन भई करिब ४० अर्ब ४० करोड रुपैयाँ बराबरको आर्थिक कारोबार हुने अनुमान गरिएको छ।

मधेश प्रदेशका जिल्लामध्ये धनुषा, महोत्तरी, सिरहा र सप्तरी आँप उत्पादनका दृष्टिले अग्रणी मानिन्छन्। व्यावसायिक रूपमा आँप खेती विस्तार हुँदै गएको यस प्रदेशले देशको कुल आँप

उत्पादनको करिब ७६ प्रतिशत हिस्सा ओगट्ने गरेको तथ्यांक छ।

गत आर्थिक वर्षमा मधेश प्रदेशका किसानहरूले ३० हजार ६ सय हेक्टर क्षेत्रफलमा आँप खेती गरेका थिए। त्यसबेला प्रदेशमा ३ लाख ९५ हजार ९ सय ६२ मेट्रिक टन आँप उत्पादन भएको कृषि कार्यालयको तथ्यांकले देखाउँछ।

मधेशका किसानहरूले विशेषगरी मालदह, बम्बै, कलकत्तिया, अम्रपाली र दशहरी जातका आँपको खेती गर्दै आएका छन्। यहाँ उत्पादन हुने आँप स्थानीय बजारसँगै काठमाडौं लगायत देशका प्रमुख शहरहरूमा पनि आपूर्ति हुने गरेको छ।

सामान्यतया आँपका बोटमा एक वर्ष राम्रो फल लागेपछि अर्को वर्ष उत्पादन घट्ने प्रवृत्ति देखिए पनि यस वर्ष भने बोटभरि लागेको मञ्जरीले किसानलाई उत्साहित बनाएको छ। बगैँचामा यति धेरै फूल देखिएपछि व्यापारीहरू समेत अहिले नै ठेक्का लिन गाउँगाउँ पुग्न थालेको किसानहरू बताउँछन्।

आँप खेतीबाट राम्रो आर्थिक आम्दानी हुन थालेपछि पछिल्ला वर्षहरूमा मधेशका किसानहरू यसतर्फ थप आकर्षित हुँदै गएका छन्। कृषि विज्ञहरूका अनुसार आधुनिक बगैँचा व्यवस्थापन र रोग नियन्त्रणमा ध्यान दिन सके मधेश प्रदेश आँप उत्पादनमा अझै ठूलो केन्द्र बन्न सक्ने सम्भावना रहेको छ।

यता, नेपालमा विदेशी आँपको आयात पनि उल्लेख्य रहेको छ। प्लान कार्यालय भिठामोडका प्रमुख किशोरकुमार यादवका अनुसार गत आर्थिक वर्षको फागुनदेखि चालु आर्थिक वर्षको कात्तिकसम्म भारतबाट भिठामोड नाका हुँदै ३५९ मेट्रिक टन आँप नेपाल भित्रिएको छ, जसको मूल्य करिब २ करोड १५ लाख रुपैयाँ बराबर रहेको छ।

हाल देशभर करिब ५३ हजार हेक्टर क्षेत्रफलमा आँप खेती भइरहेको कृषि मन्त्रालयको तथ्यांक छ। उत्पादन र बजार व्यवस्थापनलाई व्यवस्थित गर्न सके मधेश प्रदेश नेपालको आँप अर्थतन्त्रको मुख्य आधार बन्ने सम्भावना विज्ञहरूले औँल्याएका छन्।

सिरहा सदरमुकाममा बम विस्फोट

दैनिक समाचारदाता

सिरहा, २७ फागुन । सिरहा सदरमुकाममा बम विस्फोट भएको छ । सदरमुकामस्थित सिरहा जिल्ला अदालतको अगाडिमा रहेको मधेश ल फर्ममा बम विस्फोट भएको हो । जिल्ला प्रहरी कार्यालय, सिरहाका प्रमुख प्रहरी उपरीक्षक बासुदेव पाठकका अनुसार दिउँसो ४ बजे भएको बम विस्फोटमा परि एक जना घाइते भएका छन् ।उनलाई उपचारका लागि प्रादेशिक अस्पतालमा लगिएको छ । सुतली बम भएको प्रारम्भिक अनुमान गरिए पनि अहिले सुरक्षा निकायको टोली घटनास्थलमै रहेको र थप अनुसन्धान कार्य भइरहेको एसपी पाठकले जानकारी दिनुभयो ।

रामानन्द चोक नमूना चोक बन्ने

दैनिक समाचारदाता

जनकपुरधाम, २७ फागुन । जनकपुरधामको ट्राफिक व्यवस्थापनलाई प्रभावकारी बनाउने उद्देश्यले रामानन्द चोकलाई नमूना चोकका रूपमा विकास गर्ने काम सुरु गरिएको छ। सडक डिभिजन कार्यालयको पहल, जिल्ला ट्राफिक प्रहरी कार्यालय धनुषाको समन्वय तथा स्थानीय सरकारको सहकार्यमा चोक क्षेत्रमा फ्लेक्सिबल स्प्रिंग पोस्ट जडान गर्ने कार्य अघि बढाइएको हो।

पछिल्लो समय सवारी साधनको चाप बढेसँगै शहरका मुख्य चोकहरूमा ट्राफिक जाम, अव्यवस्थित पार्किङ तथा सडक अनुशासनको समस्या बढ्दै गएको छ। विशेषगरी रामानन्द चोक जनकपुरधामको अत्यन्त व्यस्त र महत्वपूर्ण चोक भएकाले यहाँ सवारी आवागमन अत्यधिक हुने गर्दछ। यही कारण ट्राफिक व्यवस्थापनलाई व्यवस्थित बनाउन चोकलाई नमूना चोकका रूपमा विकास गर्ने योजना अघि बढाइएको जिल्ला ट्राफिक प्रहरी कार्यालय धनुषाका इन्सपेक्टर सूर्यबहादुर शाहीले जानकारी दिए।

सडक डिभिजन कार्यालयका अनुसार चोक क्षेत्रमा सवारी साधनलाई निर्धारित लेनभित्र सञ्चालन गराउन तथा जथाभावी मोड्ने वा गलत लेन प्रयोग गर्ने प्रवृत्ति नियन्त्रण गर्न फ्लेक्सिबल स्प्रिंग पोस्ट जडान गरिँदैछ। लचिलो प्रकृतिका यी पोस्ट सवारी साधनले ठोक्किए पनि ठूलो क्षति नहुने र पुनः सीधा हुने विशेषता भएका हुन्छन्। यसले चालकलाई लेन अनुशासन पालना गर्न सहयोग गर्ने अपेक्षा गरिएको छ।

स्थानीय सरकारका प्रतिनिधिले शहरलाई व्यवस्थित र सुरक्षित बनाउने अभियानअन्तर्गत यो कार्यलाई प्राथमिकताका साथ अघि बढाइएको बताएका छन्। रामानन्द चोकमा गरिएको यो प्रयास सफल भएमा जनकपुरधामका अन्य व्यस्त चोकहरूमा पनि यस्तै व्यवस्था विस्तार गर्ने योजना रहेको जनाइएको छ।

राස्वपालाई झन्डै दुई तिहाइको जनादेश

दैनिक समाचारदाता

काठमाडौं, २७ फागुन । प्रतिनिधि सभा निर्वाचनको समानुपातिक तर्फको पनि मतगणना सकिएसँगै आगामी संसद्को सम्भावित अंकगणित निश्चित भएको छ ।

प्रत्यक्षमा १२५ सिट जितेको रास्वपाले समानुपातिक मतको आधारमा ५७ सिट पाउने देखिएको छ । निर्वाचन आयोगले सिट निर्धारण भने गरिसकेको छैन । आयोगले निर्धारण गरेपछि मात्र त्यसको यकिन संख्या आउँछ । तर आयोगले सिट विभाजनका लागि प्रयोग गर्ने 'सेन्ट लग फर्मुला' मा राखेर अहिले दलहरूले प्राप्त गरेको मतको आधारमा सिट बाँडफाँट गर्दा ५७ सिट पुग्ने देखिन्छ ।

यदि आयोगले यही सिट संख्या कायम गर्‍यो भने प्रतिनिधिसभामा रास्वपाको दुई तिहाइका लागि २ सिट पुग्दैन ।

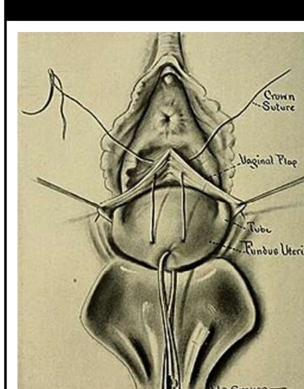
यदि समानुपातिकमा उसलाई ५७ सिट भाग लागेको अवस्थामा रास्वपाको १८२ सिट हुन्छ । २७५ सदस्यीय प्रतिनिधि सभामा दुई तिहाइका लागि १८४ सिट आवश्यक पर्छ । एक स्वतन्त्र सांसद महाविर पुन भने रास्वपाकै समर्थनसमेत पाएर निर्वाचित भएका छन् ।

रास्वपाले समानुपातिकमा कुल एक करोड ७ लाख ६४ हजार ८ सय ८९ मत मध्ये रास्वपाले ५१ लाख ४६ हजार ६ सय ८१ मत ल्याएको छ । यो कुल मतको करिब साढे ४७ प्रतिशत भन्दा बढी हो ।

समानुपातिक अन्तर्गतबाट सिट पाउने ६ वटा पार्टी हुने भएका छन् ।

बाँकी अन्तिम पृष्ठमा

अब अनलाइनबाट बुकिङ्गको सुविधा

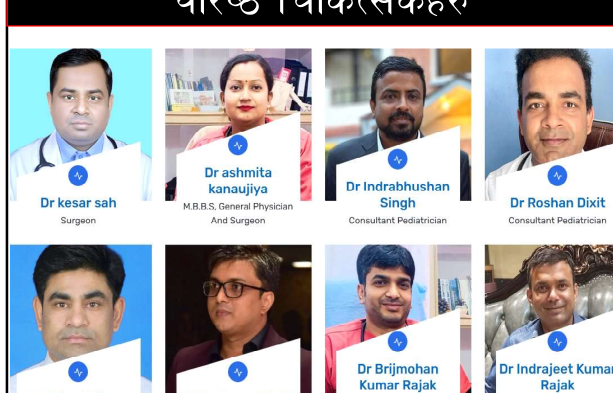


- पाठेघरको असामान्य रक्तस्राव
- इन्डोमेट्रिओसिस
- रजोनिवृत्ति
- पिल्भिक दुखाइ
- डिस्मेनोरिया (पीडादायी महिनावारी)
- पीडादायी यौनसम्पर्क
- स्त्री रोग तथा प्रसुती सम्बन्धी रोग
- बाल रोग
- बाँझपनको उपचार
- दुखाई बिनाको सुत्केरी

को लागि उपचार गराउन चाहनुहुन्छ भन्ने अनलाइनबाटै बुकिङ्गको लागि

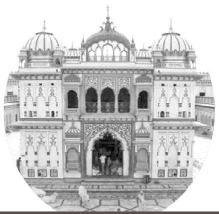
www.divyaclinicjanakpur.com

वरिष्ठ चिकित्सकहरु



दिव्या क्लिनिक एण्ड डाइग्नोष्टिक सेन्टर
जनकपुरधाम उपमहानगरपालिका
वडा नं. १०,
Phone :9861147201

नैना होस्पिटल प्रा.लि.
जनकपुरधाम उपमहानगरपालिका
वडा नं. ८ रामानन्द चौक,
Phone :977041 591035
9801674020



सम्पादकीय

मधेशवादी दल र राजनीतिक नेतृत्वको सवाल

हालै सम्पन्न प्रतिनिधिसभा सदस्य निर्वाचनले नेपालको राजनीतिक परिदृश्यमा नयाँ सन्देश दिएको छ। विशेषतः मधेसको राजनीतिक केन्द्र मानिने सप्तरी जिल्लाबाट मधेसकेन्द्रित तीन प्रमुख दलका राष्ट्रिय अध्यक्षहरू पराजित हुनु सामान्य घटना होइन, यो मधेसको राजनीति र नेतृत्वप्रतिको जनमतको स्पष्ट संकेत पनि हो। जनताको मनोविज्ञान, बदलिँदो राजनीतिक प्राथमिकता र नेतृत्वप्रतिको विश्वासको स्तर यस परिणामले प्रष्ट पारेको छ।

यस निर्वाचनमा उपेन्द्र यादव, सीके राउत र शरतसिंह यादव जस्ता मधेसकेन्द्रित दलका शीर्ष नेताहरू पराजित हुनु मधेसको राजनीतिक इतिहासमा निकै अर्थपूर्ण घटना हो। वर्षौंदेखि मधेसको अधिकार, पहिचान र स्वाभिमानको मुद्दा उठाउँदै आएका यी नेताहरूलाई यसपटक मतदाताले अस्वीकार गर्नुले जनतामा बढ्दो असन्तुष्टि र परिवर्तनको चाहना झल्काएको छ। मधेसवादी दलहरू विगत दुई दशकदेखि मधेस आन्दोलनको राजनीतिक उपलब्धिको प्रतिनिधित्व गर्दै आएका थिए। मधेस आन्दोलनले संघीयता, समावेशिता र समानुपातिक प्रतिनिधित्व जस्ता महत्वपूर्ण उपलब्धिहरू दिलाएको ऐतिहासिक तथ्यलाई नकार्न सकिँदैन। तर आन्दोलनबाट प्राप्त उपलब्धिलाई संस्थागत गर्ने र जनतासम्म त्यसको प्रतिफल पुऱ्याउने सवालमा भने मधेसवादी दलहरूको कार्यसम्पादन सन्तोषजनक देखिएन भन्ने आरोप जनस्तरबाट निरन्तर उठ्दै आएको थियो।

मतदाताहरूले यसपटकको निर्वाचनमा दिएको परिणामले यही असन्तुष्टिलाई प्रकट गरेको देखिन्छ। लामो समयसम्म सरकारमा सहभागी भएर पनि जनअपेक्षाअनुसार काम गर्न नसकेको आरोप मधेसवादी दलहरूमाथि लागेको थियो। मधेस प्रदेश सरकारको नेतृत्व सम्हाल्ने अवसर पाउँदा पनि विकास, सुशासन र पारदर्शितामा अपेक्षित सुधार नदेखिएको जनगुनासो व्यापक थियो। जनताको दैनिक जीवनमा प्रत्यक्ष प्रभाव पार्ने ठोस उपलब्धि नदेखिँदा राजनीतिक नारा र आन्दोलनका स्मृतिहरू मात्र पर्याप्त हुन सकेनन्।

अर्कोतर्फ, युवापुस्तामा देखिएको नयाँ राजनीतिक चेतना पनि यस परिणामको प्रमुख कारण मानिन्छ। पछिल्लो समय सामाजिक सञ्जाल र सार्वजनिक बहसमा पुराना दल र नेताप्रति तीव्र आलोचना देखिँदै आएको थियो। यही परिवेशमा नयाँ शक्ति र नयाँ अनुहारप्रति मतदाताको आकर्षण बढ्दै गयो। विशेषगरी राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टीको उदयले यस चुनावमा नयाँ राजनीतिक लहर सिर्जना गरेको छ।

युवाहरूको नेतृत्व र वैकल्पिक राजनीतिक सोचलाई प्रतिनिधित्व गर्ने शक्तिका रूपमा बालेन शाह जस्ता व्यक्तित्वलाई प्रधानमन्त्रीको सम्भावित उम्मेदवारका रूपमा अघि सारिँदा त्यसले मतदातामा नयाँ आशा जगाएको देखिन्छ। पुराना राजनीतिक संरचनाप्रति निराश भएका मतदाताले परिवर्तनको संकेतस्वरूप नयाँ शक्तिलाई मत दिएका हुन्।

मधेसवादी दलहरूका लागि यो परिणाम आत्ममूल्यांकन गर्ने महत्वपूर्ण अवसर हो। आन्दोलनको विरासतलाई मात्र आधार बनाएर राजनीति टिकाइराख्न सकिँदैन। संगठनात्मक सुधार, नेतृत्वको पुनर्संरचना, पारदर्शिता र जनउत्तरदायित्वका आधारमा नयाँ रणनीति बनाउनु आवश्यक देखिएको छ। विशेषगरी युवापुस्ताको अपेक्षा, विकासको आवश्यकता र सुशासनको मागलाई केन्द्रमा राखेर अघि बढ्न सके मात्र यी दलहरूले पुनः जनविश्वास प्राप्त गर्न सक्छन्।

तपाईंको आज

मेष : दिन शुभ फलदायक छ। कार्य सिद्धि, द्रव्य लाभ, विजय, काममा सफलता हुन सक्छ।

वृष : बिहान तनाव, दौडधूप भए पनि दिनभर सुख-सन्तोष, कार्य सिद्धि हुने सम्भावना छ।

मिथुन : बिहानको समयमा धनप्राप्ति, प्रतिष्ठा बढ्ला तर त्यसपछि भने विवाद नहोला भन्न सकिन्न।

कर्कट : शुरुमा तनाव, खर्च भए पनि दिनभर समय शुभ छ। ऐश्वर्य प्राप्ति, सन्तोष होला।

सिंह : बिहानको समय उपहारादि वस्तु प्राप्ति तर त्यसपछि खर्च, धन हानि हुने सम्भावना छ।

कन्या : दिनको शुरुवातमा नोक्सानी नहोला भन्न सकिन्न। त्यसपछि भने लाभ, सफलता होला।

तुला : शुरुमा मिष्ठान्न भोजन, पैसा प्राप्तिको सम्भावना छ तर त्यसपछि दिनभर तनाव होला।

वृश्चिक : दिन शुभ फलदायक छ। स्वस्थता, स्फूर्ति बढ्ने, इष्टमित्रसँग भेटघाट, लाभ हुन सक्छ।

धनु : समय बलवान् छ। मान-सम्मान, राजनीतिक सफलता, कामकाज सफल हुने देखिन्छ।

मकर : बिहान कार्य असफल भए पनि दिनभर राज्यबाट सुख, मान-प्रतिष्ठा वृद्धिको सम्भावना छ।

कुम्भ : शुरुमा समस्या सुल्झने, सम्मान बढ्ने तर त्यसपछि भने दुःख-कष्ट आइपर्न सक्छ।

मीन : तपाईंका लागि समय शुभ छ। परीक्षा, खेलकुद, मुद्दा आदिमा विजय, प्रतिष्ठा वृद्धि होला।

शासकका बाटामा काँडा बिछ्याउने कि फूल?

सञ्जीव पोखरेल

यस पटक निर्वाचन परिणामबारे हतारिएर लेख लेख्ने मेरो चाहना थिएन।

यसको एउटा कारण के भने, राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टी (रास्वपा) र बालेन्द्र शाह (बालेन) लोकप्रियताबारे र यस पटकको निर्वाचनले नेपालको राजनीति र समाजलाई पार्ने सम्भावित प्रभावबारे आफ्ना विचार विगतमा विभिन्न लेखहरूमार्फत् प्रस्तुत गरिसकेको छु।

सँगसँगै निर्वाचन परिणामबारे कस्ता प्रतिक्रिया वा टिप्पणीहरू सतहमा आउँछन् भनेर केही समय पर्खिने चाहना पनि थियो।

निर्वाचन परिणामको पारो थोरै सेलाएपछि आज यिनै विषयमा आफ्ना धारणा प्रस्तुत गर्दैछु।

सबभन्दा पहिला, शान्तिपूर्ण र धाँधलीरहित निर्वाचन सम्पन्न गराएकामा सुशीला कार्की र उहाँको नेतृत्वको सरकारका सबै पदाधिकारीलाई बधाइ दिन चाहन्छु।

नेपाली राजनीति र समाजको एक सकारात्मक पक्ष के छ भने, लोकतान्त्रिक निर्वाचनमा आम नागरिकले अत्यन्त ठूलो उत्साह र धैर्य देखाउँछन्।

नेपाली समाज विभिन्न प्रकारका हिंसाबाट प्रताडित छ। त्यसमाथि, भदौ २३ र २४ को जेनजी आन्दोलन तथा त्यसबाट सिर्जित प्रभावले निर्वाचनमा अशान्ति हुने हो कि भन्ने त्रास धेरै मानिसहरूमा थियो। यी सबै चुनौती चिर्दै सुशीला कार्की नेतृत्वको सरकारले अत्यन्त ठूलो सुझबुझ देखाउँदै आफ्नो जिम्मेवारी पूरा गरेको छ। यस पटकको नेपालको निर्वाचन नेपालका लागि मात्र नभएर समग्र दक्षिण एसियाका लागि नमूना बन्न सक्छ।

निर्वाचनको सफलताको अर्को महत्त्वपूर्ण पक्ष के छ भने, यसले नेपालको गम्भीर राजनीतिक अन्योलको अन्त गरिदिएको छ। निर्वाचन समयमा हुन्थेन वा असफल हुन्थ्यो भने नेपालको राजनीतिक द्वन्द्व चुलिएर जाने थियो। लोकतन्त्र नै गुम्न सक्ने गम्भीर जोखिम निर्वाचनले परास्त गरेको छ।

यस पटकको निर्वाचनको परिणाम अप्रत्याशित थिएन।

नेपालका सबभन्दा ठूला दुई दल, जो भदौ २३ र २४ गतेको जेनजी आन्दोलनका बेला सत्ता हाँकिरहेका थिए र आन्दोलनमा सामेल युवाहरूको मृत्युको जिम्मेवार थिए, उनीहरूले निर्वाचनमा आम जनताबाट जति विश्वास पाएका छन्, त्यो पनि धेरै हो। निर्वाचनको दिन नजिकिँदै गर्दा यो पनि प्रस्ट भइसकेको थियो कि, बालेनले सरकारको नेतृत्व गर्ने प्रतिबद्धताका साथ चुनावमा होमिएको रास्वपाले स्पष्ट जनादेश प्राप्त गर्नेछ।

निर्वाचन परिणामको थप विवेचनामा अलि पछि आउनेछु। त्यसअघि म आजभन्दा ८ वर्षअघिको प्रसंगमा एक पटक जान चाहन्छु।

२०७४ मंसिरमा केपी ओली प्रचण्ड बहुमतका साथ सत्ताको बागडोर सम्हाल्न पुगेका थिए। पुष्पकमल दाहाल 'प्रचण्ड' नेतृत्वको माओवादी पार्टीसँग 'जुगजुगका लागि ऐतिहासिक एकता भयो' भनेर जनमतलाई बदनियतपूर्वक प्रभावित पारिएको उक्त निर्वाचनले ओलीलाई प्रचण्ड बहुमतका साथ सत्तामा पुऱ्याएको थियो।

संसदमा भएको बहुमतले उनको उग्र राष्ट्रवाद, अहंकार र सर्वसत्तावादी व्यवहारलाई जमिनबाट आकासमा पुऱ्याएको थियो। त्यस बेला उनको आलोचना गर्न त परको कुरा, सरकारले अपनाएका नीति वा निर्णयमाथि प्रश्न गर्न पनि डराउनुपर्ने अवस्था थियो।

ओलीको सत्ता उन्मादले आकास छोएको यही परिवेशमा २०७५ जेठ २५ गते सेतोपाटीमै मैले 'चुनावमार्फत् सर्वसत्तावाद' शीर्षकमा लेख लेखेको थिएँ।

त्यसको आशय थियो– आवधिक निर्वाचन लोकतन्त्रको एक महत्त्वपूर्ण प्रक्रियागत मापदण्ड हो। तर यो नै लोकतन्त्र सबल र प्रभावकारी रहेको यथेष्ट सूचक होइन। लोकतान्त्रिक चुनावको भऱ्याङ चढेर अधिनायकवाद पनि स्थापना हुन सक्छ। केपी ओली स्वतन्त्र तथा निष्पक्ष निर्वाचनबाट निर्वाचित जनप्रतिनिधि हुन्। तर लोकतन्त्रका संस्था र प्रक्रिया सबल बनाउने कुरामा उनलाई कुनै चासो छैन। उनको चासो आफ्नो व्यक्तित्वलाई 'कल्ट' बनाएर अधिनायकवादी शैलीको शासन चलाउनेमा मात्र हो।

लेखमा 'नौ लाख तारा उदाएर कहाँ पुग्छ, दस लाख उदाउने बनाउँछौं' भन्ने खालका धमासमा रमेको दुई-तिहाइ बहुमतको दम्भमा फुलेको केपी ओली सरकारको आलोचना गर्ने दुस्साहस मैले गरेको थिएँ। यसबाहेक पनि म ओली र उनले संरक्षण गरेको राजनीतिक चिन्तन र संस्कारको सधैं आलोचक थिएँ। पत्रपत्रिकामा मात्र नभएर सामाजिक सञ्जालमार्फत् पनि ओलीको नेतृत्व क्षमता र शैलीको आलोचना गरिरहें।

ओली सत्तासीन भएको केही महिना नबित्दै मैले विभिन्न लेख र सामाजिक सञ्जालमार्फत् गरेको अनुमान सही निस्कियो। ओलीको सत्ता अहंकारले आकाश छुँदै गर्दा एमाले-माओवादी एकताको 'बलुन' प्याट्ट फुट्यो। उनको नेतृत्वको सरकार ढल्यो। ओली बालुवाटारबाट आफ्नो घरको बार्दलीमा पुगे। त्यसपछि अनगिन्ति सरकारहरू बन्ने र भत्किने प्रक्रियासँगै दलहरूको संरक्षणमा कुशासन झाँगिएर गयो।

२०७९ मंसिरको निर्वाचनमा केही नयाँ संकेत देखिए। यद्यपि यसले सत्तालाई मात्र उद्देश्य बनाएर राजनीति गरिरहेका राजनीतिक दल र तिनको सडेगलेको नेतृत्व पूर्ण रूपमा बढार्न सकेन। प्रचण्ड-ओली-देउवा (शेरबहादुर) को विषाक्त 'नेक्सस' सत्ता वरपर फोहोरको झिँगाझैं घुमिरह्यो। यसको पटाक्षेप गत भदौको जेनजी आन्दोलनबाट भयो।

जेनजी आन्दोलनपछि संकिर्ण राष्ट्रवादी, भ्रष्ट र पाखण्डी राजनीतिले विश्राम पाएको छ। अमूर्त सिद्धान्त र राष्ट्रवादको गलत र अतिशयोक्तिपूर्ण मान्यता भँजाएर त्यसको आडमा भ्रष्ट सत्ता चलाउने र देशका सीमितता र सम्भावनाको यथार्थपरक मूल्यांकन गर्न नसक्ने विगतको असफल नेतृत्व भावी पुस्ताका लागि पाठ हुन सक्छ र हुनुपर्छ। यस लेखको मूल आशय पनि त्यही हो। अब कुरा गरौं निर्वाचन परिणामको।

यस पटकको निर्वाचनले आम जनतालाई कायल बनाएको प्रचण्ड-ओली-देउवाको अन्तहिन विषाक्त नेक्सस भत्काएको छ। यति मात्र होइन, उनीहरूले नेतृत्व गरेका राजनीतिक दललाई सम्पूर्ण रूपमा अस्वीकृत गरेको छ। ठूला भनिएका राजनीतिक दल र शीर्ष भनिएका नेतालाई सत्ताको मुलायम कुर्सीबाट लिपपोतसम्म नगरेको भुइँमा पुऱ्याइदिएको छ।

यस पटकको निर्वाचनमा एमाले र माओवादीलाई मात्र होइन, पुराना दलहरूमध्येबाट तुलनात्मक रूपमा राम्रो मत ल्याउने अपेक्षा गरिएको नेपाली कांग्रेसलाई पनि मतदाताले सजाय दिएका छन्। यो सजायको कारण बुझ्न गाह्रो छैन।

नेपाली कांग्रेसको नेतृत्वले विगतमा लोकतन्त्रको मान्यताको आडमा सत्ता र शक्तिको चरम दुरूपयोग गरेको यथार्थ सबैलाई थाहा छ। गगन थापाको पराजय नेपाली कांग्रेसलाई मतदाताले दिएको सजायको एउटा सबल उदाहरण हो। यसका अतिरिक्त गगन थापा स्वयं देउवा र ओलीबीचको अनैतिक र अलोकतान्त्रिक सत्ता बाँडफाँटको 'गठबन्धन' सफल बनाउन विगतमा सक्रिय थिए। मतदाताले यो कुरा नजिकबाट बुझेका थिए भन्ने कुरा निर्वाचनबाट प्रमाणित भएको छ। गगन थापाको हार न अप्रत्याशित हो, न त यसमा कसैले दुःख मनाउन आवश्यक छ।

यो निर्वाचनको सबल पक्ष के भने आम जनताको अभिमत स्पष्ट र ठोस रूपमा ब्यालेटमार्फत अभिव्यक्त भएको छ। २०८२ सालको आम निर्वाचनले दिएको अस्पष्ट र असजिलो जनादेश विपरीत यस पटकको निर्वाचनले एउटा दललाई स्पष्ट रूपमा देश हाँक्ने म्यान्डेट दिएको छ।

निर्वाचनको परिणामको चर्चाको सुरूआतमा रास्वपालाई बधाइ तथा शुभकामना दिनैपर्ने हुन्छ। निष्पक्ष, भयरहित र शान्तिपूर्ण निर्वाचनबाट जनताको असाध्यै ठूलो जनमत प्राप्त गर्न रास्वपा सफल भएको छ। भविष्यमा सरकारको नेतृत्व रास्वपाले गर्नेछ र यो जिम्मेवारीलाई उसले गम्भीरतापूर्वक निर्वाह गर्ने अपेक्षा नेपालको दुई-तिहाइ जनसंख्याले गरेको कुरा निर्वाचन परिणामबाट प्रस्ट भएको छ।

ओलीलाई झन्डै दुई-तिहाइ बहुमतले सत्तामा पुऱ्याएको निर्वाचनप्रति मेरो टिप्पणीमा मैले माथि भनेको छु – आवधिक निर्वाचन लोकतान्त्रिक प्रणालीको महत्त्वपूर्ण मापदण्ड हो तर लोकतन्त्र सबल र प्रभावकारी रहेको यथेष्ट प्रमाण होइन। लोकतन्त्रमा लोकतान्त्रिक संस्था (सरकार, संसद, न्यायलय, कर्मचारीतन्त्र, विभिन्न तहका सरकार, आदि) को अवस्था के-कस्तो छ भन्ने कुरा पनि उत्तिकै महत्त्वपूर्ण हुन्छ। यसका अतिरिक्त लोकतान्त्रिक प्रक्रिया (आवधिक निर्वाचन, अभिव्यक्तिको स्वतन्त्रता, नागरिक सर्वोच्चता, सार्वजनिक संस्थाका पदाधिकारीको निष्पक्ष छनोट तथा कार्यमूल्यांकन, सार्वजनिक क्षेत्रको जबाफदेहिता तथा पारदर्शिता आदि) को अवस्था पनि लोकतन्त्रका अनिवार्य विशेषता हुन्।

यस प्रसंगमा मैले प्रयोग गरेको 'लोकतन्त्र' शब्द एक अमूक प्रणालीलाई जनाउन मात्र गरिएको होइन। लोकतन्त्रको अवस्था भनेको देशको समग्र अवस्था हो। नेपाल स्थिर, सबल र समुन्नत रहने आधार नै यस देशको लोकतन्त्र हो। जनताप्रति जबाफदेही सरकार, समावेशी राजनीतिक दल, सहभागितामूलक नीति-निर्णयको प्रक्रिया, स्वायत्तता तथा पारदर्शिता प्रणालीसँग सम्बन्धित सैद्धान्तिक कुरा मात्र होइनन् – नेपालको सबलता र सफलताका अनिवार्य आधार हुन्।

के रास्वपा लोकतन्त्रका मापदण्डका रूपमा रहेका संस्था (Institutions) र प्रक्रिया (Processes) बारे संवेदनशील छ?

यो प्रश्न उठाउने कुनै उपयुक्त र अनुपयुक्त समय हुँदैन। हामी आम नागरिकका लागि यी प्रश्नहरू विगतमा महत्त्वपूर्ण थिए र आज पनि उत्तिकै महत्त्वपूर्ण छन्।

अहिलेसम्मका बोली र व्यवहारबाट रास्वपा नेपालको संविधानले प्रत्याभूत गरेका लोकतन्त्रका आधारभूत मूल्यमान्यता र प्रक्रियाबारे प्रस्ट देखिएको छैन। त्यसैले, निर्वाचनको परिणामबाट पाएको प्रचण्ड बहुमतका लागि रास्वपालाई बधाइ दिने क्रममा यो शक्तिलाई सतर्कतापूर्वक हेर्नुपर्ने आवश्यकता पनि बिर्सन मिल्दैन।

निर्वाचन शान्तिपूर्ण र भयरहित वातावरणमा सम्पन्न भएको अवस्था हेरेर केही टिप्पणीकारले सामाजिक सञ्जालमार्फत् आफ्नो धारणा राख्दै भनेका छन् – रास्वपाले आम जनताको म्यान्डेट पाएको छ। मतदाताको निर्णय अपमान गर्न पाइँदैन। रास्वपामाथि शंका र प्रश्न गर्न अब आवश्यक छैन।

सतहबाट हेर्दा यो धारणा सही छ – तर वास्तवमा नेपालको लोकतन्त्रलाई थिलथिलो र निकम्मा बनाउने धारणा पनि यही हो। यो धारणामा २ प्रमुख कमजोरी छन्।

निर्वाचनमा व्यक्त हुने अभिमतको परिणाम नकार्न अवश्य पाइन्न। लोकतन्त्र जीवित राख्ने आधार निर्वाचन परिणामको स्विकार्यता हो। तर निर्वाचनमा व्यक्त मतको सामाजिक मनोवैज्ञानिक पक्षको विवेचना र विश्लेषण गर्न अवश्य पाइन्छ। नेपालमा मात्र नभएर विश्वका सबै लोकतान्त्रिक निर्वाचनमा आम मानिसले निश्चित निर्वाचनमा किन कुनै पार्टीलाई विश्वास वा अविश्वास गरे भनेर विश्लेषण विवेचना हुने गरेको छ।

मैले लेखको सुरूआतमा भनेको छु – यस पटक एमाले र नेपाली कांग्रेसले जति मत पाएका छन्, त्यो पनि उनीहरूको विगतको व्यवहारका लागि बढी हो। भदौ २३ गते मारिएका कलिला विद्यार्थीको मृत्युमा उनीहरू राजनीतिक र नैतिक रूपमा जिम्मेवार छन्। यति मात्र होइन - राज्यको सम्पत्तिलाई निजी सम्पत्तिझैं मनलाग्दी दुरूपयोग गर्ने र आम मानिसलाई दाससरह व्यवहार गर्ने ओली-आरजु (राणा)-देउवा-प्रचण्ड प्रवृत्तिको निर्वाचनमा पत्ता साफ हुनु आश्चर्यजनक कुरा होइन। स्वाभाविक कुरा हो।

बाँकी पृष्ठ ३मा

बिहान खाली पेटमा के खाने उत्तम विकल्प के हो ?

सुमित्रा लुइटेल

बिहान उठ्नेबित्तिकै खाली पेटमा के खाने वा पिउने भन्ने कुरामा धेरै जना अलमलिन्छन् । कसैले तातो पानी, कसैले कागती पानी, कसैले मेथी पानी, कसैले चिया वा कफी नै सिफारिस गर्छन् । तर वैज्ञानिक र चिकित्सकीय दृष्टिले हेर्दा सबैभन्दा सरल, सुरक्षित र उपयुक्त विकल्प के हुन्छ त ?

बिहान पेटको वास्तविक अवस्था के हुन्छ ?

राति ८-१० घण्टा उपवासपछि शरीरमा पानीको कमी हुन्छ, पाचन एन्जाइमहरू सुस्त हुन्छन् र आन्द्राको गति कम हुन्छ । यस अवस्थामा पहिले शरीरका लागि पानीको मात्रा पूर्ति गर्नु आवश्यक हुने पेट तथा कलेजो रोग विशेषज्ञ डा. खलिल मिया बताउँछन् । 'पानीले पेटलाई 'जागृत' गर्छ, रगतको प्रवाह बढाउँछ र प्राकृतिक रूपमा मल त्याग सहज बनाउँछ' उनी भन्छन् ।

वैज्ञानिक रूपमा उत्तम विकल्प : मनतातो पानी

डा.मियाका अनुसार बिहानको समयमा सबैभन्दा पहिले मनतातो पानी पिउनु सरल र राम्रो हो । उठ्नेबित्तिकै १-२ गिलास मनतातो पानी पिउनु पर्ने डा. मियाको सुझाव छ । मनतातो पानीले आन्द्राको गति बढाउँछ र कब्जियत कम गर्छ भन्ने कुरा केही अध्ययनहरूले पनि पुष्टि गरिसकेका छन् । 'यसले पाचन प्रणालीलाई आराम दिन्छ, डिहाइड्रेशन हटाउँछ र दिनको सुरुवात राम्रो बनाउँछ' उनले भने ।

विशेष लाभ चाहिनेका लागि अन्य विकल्पहरू

१. चियासिड

खाली पेटमा चिया सिड खानु स्वास्थ्यका लागि निकै फाइदाजनक हुन्छ चिया सिडमा घुलनशील फाइबर प्रशस्त हुन्छ, जसले कब्जियत घटाउने र पेट सफा राख्न मद्दत गर्ने पोषणविद् आयुष अधिकारी बताउँछन्।

'पानीमा भिजेपछि चिया सिड फुल्छ, पेट भरिएको अनुभूति दिन्छ र अनावश्यक भोक कम गर्छ' अधिकारी भन्छन्, 'फाइबरले ग्लुकोजको अवशोषण ढिलो गराउँछ, जसले मधुमेह नियन्त्रणमा सहयोग पुर्‍याउँछ । यसमा पाइने ओमेगा-३ फ्याटी एसिडले खराब कोलेस्टेरोल घटाउन र मुटु स्वस्थ राख्न मद्दत गर्छ ।'

२. मेथी पानी

आयुर्वेदिक चिकित्सक डा. अमृत भण्डारीका अनुसार बिहानको समयमा मेथी पानी पिउनु पनि फाइदाजनक हुन्छ। किनकी मेथीमा घुलनशील फाइबर (ग्याल्याक्टोम्यान) हुन्छ जसले ब्लड सुगर नियन्त्रण गर्छ, इनसुलिन संवेदनशीलता बढाउँछ र भोक कम गर्छ ।

केही अध्ययनहरूले पनि टाइप-२ मधुमेहका बिरामीमले दैनिक मेथी पानी पिउँदा फास्टिङ ब्लड सुगर, एचबिएवानसी र तौल नियन्त्रणमा सहयोग गर्छ भन्ने देखाएको डा.अधिकारी बताउँछन् । यसको सेवनले पाचन राम्रो बनाउँने कब्जियत घटाउने उनको भनाइ छ । तर सबैका लागि मेथीपानी सबैभन्दा राम्रो हो भन्ने हुँदैन । सामान्य अवस्थामा सादा पानी नै काफी हुने उनी बताउँछन् ।

३. जमराको जुस

बिहानको समयमा जमरा जुसको सेवनले पनि फाइदा पुग्न सक्छ । फाइबरले भरिपूर्ण हुने भएकाले पाचन सहज हुने, तौल नियन्त्रण र ब्लड सुगर स्थिर राख्न मद्दत गर्छ । बिहान खाली पेटमा पिउँदा शरीरमा पानीको मात्रा पूर्ति गर्ने र हल्का 'क्लिन्ज' प्रभाव दिने डा. भण्डारी बताउँछन् ।

४. कागती र महसहित पानी

आयुर्वेदिक चिकित्सक डा. अमृत भण्डारीका अनुसार कागती पानीमा मह मिसाएर सेवन गर्नाले भिटामिन सी र एन्टिअक्सिडेन्ट दिन्छ । पाचन उत्तेजित गर्ने काम गर्छ ।तर कागती एसिडिक हुन्छ । एसिड रिफ्लक्स, अल्सर वा संवेदनशील पेट भएकालाई जलन हुन सक्छ । मह थोरै मात्रा १ चम्चामा राख्दा राम्रो हुन्छ । तर यसको सेवनले स्वाटै तौल घट्ने भने होइन ।

५. काँचो लसुन

कतिपय व्यक्तिहरुले खाली पेटमा काँचो लसुनको सेवन पनि गर्ने गर्छन् । काँचो लसुनको सेवनले रोगप्रतिरोधि क्षमता बढाउन मुटु स्वस्थ राख्न मद्दत पुग्छ । तर खाली पेटमा खाँदा पेट पोल्ने, जलन, ग्यास, एसिडिटीको समस्या देखिन सक्छ । अध्ययन र चिकित्सकहरूले समेत 'खाली पेटमा लसुन नखानू' भन्ने नै सल्लाह दिने गरेको डा भण्डारीले बताए ।

६. जिरा पानी

बिहान उठ्नसाथ खाली पेटमा जिरा पानी पिउनु पनि पेटका लागि राम्रो हुन्छ । एक गिलास पानीमा एक चम्चा जति जीराको दाना मिसाएर उमाल्नुपर्छ । मनतातो भएपछि पिउन सकिन्छ । जिरामा एन्टिअक्सिडेन्ट, भिटामिन र मिनरल हुन्छ, जुन पाचन तन्त्रलाई स्वस्थ राख्न सहयोग गर्ने भण्डारी बताउँछन् ।

के नखाने ?

बिहान उठ्नेबित्तिकै खाली पेटमा चिया कफी खानु हुँदैन । यसमा हुने क्याफिन र एसिडले ग्यास्ट्रिक बढाउँछ । एसिडका कारण पेट दुख्ने र अम्लीयपना जस्ता समस्या निम्त्याउन सक्छ । जसले एसिड रिफ्लक्स, जलन, ग्यास्ट्राइटिस निम्ताउने डा. खलील मिया बताउँछन् ।

दही स्वास्थ्यका लागि एकदमै लाभदायक हुन्छ । यसले पाचन क्रियामा पनि राम्रो असर गर्छ । तर, खाली पेटमा दही सेवन गर्दा त्यसले उल्टो असर गर्ने आयुर्वेद चिकित्सक अमृत भण्डारी बताउँछन् । 'दहीमा ल्याक्टिक एसिड हुन्छ, यसले पेटमा अम्लीयपना बढाउँछ' उनी भन्छन्, 'पेटमा अम्लको स्तर बिगार्छ । खाली पेटमा दूधबाट उत्पादन हुने खानेकुराहरूले पेटमा हुने राम्रो ब्याक्टेरियालाई मार्छ र यसले अम्लीयपना बढाउँछ । त्यसैले बिहान खाली पेटमा यसको सेवन गर्न हुँदैन ।'

कुनै पनि प्रकारको कार्बोनेटेड पेय खाली पेटमा पिउनु हुँदैन । यो आफैंमा एसिडिक हुन्छ । यसले एसिडको मात्रा बढ्छ जसले दिनभरि पाचन प्रणाली बिगार्न सक्ने पोषणविद् आयुष अधिकारी बताउँछन् । 'यस्ता धेरै गुलियो पेयपदार्थ बिहान खाली पेटमा पिउँदा दिनभर चिनीको मात्रा बढ्छ । यसका कारण दिनभर थकित महसुस हुन्छ र कुनै पनि काम गर्न मन लाग्दैन ।'

कहिले पनि खाली पेटमा मसलेदार खानेकुरा सेवन गर्नुहुँदैन । खाली पेटमा मसला र पिरो खानेकुरा खाँदा पेटमा जलन पैदा हुन्छ । खाली पेटमा खाइने यस्ता खानेकुराले अम्लिय प्रतिक्रिया गराउने र पेटमा ऐठन पैदा गरेर समस्या निम्त्याउँछ । त्यस्ता खानेकुराले पाचन यन्त्रमा गम्भीर असर पुर्‍याउन सक्ने पोषणविद् अधिकारीले बताए ।

व्यावहारिक दिनचर्या अपनाउनुपर्छ

पोषणविद् अधिकारीका अनुसार बिहान उठ्ने बित्तिकै १-२ गिलास मनतातो पिउनुपर्छ । यदि मन लाग्यो भने मेथी पानी, जौ पानी वा थोरै कागती पानी पिउन सकिन्छ । ३०-४५ मिनेटपछि हल्का व्यायाम/योग गनुपर्छ । त्यसपछि प्रोटिन, फाइबर र स्वस्थ चिल्लो भएका सन्तुलित खानेकुरा खानुपर्छ ।

कुनै पनि नयाँ बानी सुरु गर्दा शरीरको प्रतिक्रिया हेर्नु आवश्यक हुने पोषणविद् अधिकारी बताउँछन् । उनका अनुसार दीर्घरोग भए चिकित्सकसँग सल्लाह लिनुपर्छ । कुनै कुरा खानु पिउनुले चमत्कारी नतिजा दिँदैन । तर नियमित र सन्तुलित बानीले नै स्वास्थ्य राम्रो हुन्छ । साभार:अनलाइनखबरडटकम

शासकका................

विचार गर्नुपर्ने कुरा के छ भने, यस पटकको निर्वाचनमा हार्नेहरूले किन हारे भनेर बुझ्न हजार कारण छन्। तर जित्नेले किन जिते भन्ने कारण खोज्न सजिलो छैन। यस अर्थमा आम जनताले यस पटक पुराना र भ्रष्ट दलहरूको विकल्प खोज्न 'जुवा' खेलेका छन्। यो अभिमत – ओली, प्रचण्ड र देउवाभन्दा खराब अर्को नेता हुन सक्दैन भन्ने धारणाको अभिव्यक्ति हो।

बालेन भावी प्रधानमन्त्रीका रूपमा सहर्ष स्वीकार गरिरहँदा यो कुरा बिर्सिन हुँदैन कि, काठमाडौंको मेयरको जिम्मेवारीलाई उनले सफलतापूर्वक निर्वाह गरेका होइनन्। ओलीसँग फेसबुकबाट सोझो 'टक्कर' लिनसक्ने बालेनले गरेका सीमित कामका लागि उनले असीमित प्रशंसा पाएका हुन्। मेयरका रूपमा आफ्नो कार्यकालको उत्तरार्द्धमा त उनी असफलतातर्फ तीव्र रूपमा उन्मुख थिए। फरक दृष्टिकोण भएका मानिसलाई विश्वासमा लिएर काम गर्न नसक्ने र आफूमात्र सधैं सबै कुरामा सही छु भन्ने मानसिकता महानगरको उनको नेतृत्वको मूल विशेषताका रूपमा देखिएको थियो।

रास्वपाका अध्यक्ष रवि लामिछानेका विषयमा म यस लेखमा धेरै टिप्पणी गर्न चाहन्नँ।

निर्वाचन परिणामसँग जोडिएको मेरो मुख्य चासो र चिन्ताको विषय के हो भने – बालेन्द्र शाह र रवि लामिछानेको नेतृत्वमा चल्ने भावी सरकार सर्वसत्तावादी हुने र आम जनताका वास्तविक आवश्यकता पन्छाएर गलत बाटोमा हिँड्ने जोखिम छ। यो जोखिमको स्रोत उनीहरूका अहिलेसम्मका गतिविधि र बोलीव्यवहार हुन्।

निर्वाचनमा पाएको जनमतलाई बालेन नेतृत्वको सरकारले उचित रूपमा सम्मान गर्न नसक्ने जोखिमका स्रोत अरू पनि छन् जसलाई रास्वपाले मनन गर्न आवश्यक छ।

नेपालको सम्भावना र सीमितताबारे नेपालका आम जनतामा यथार्थपरक दृष्टिकोण निर्माण हुन सकेको छैन। नेपालीहरूलाई नेपालको सीमाहीन अपार सम्भावना छ भन्ने लाग्छ। मलाई लाग्छ यसमा नेपालको शिक्षा प्रणालीको दोष छ। केही दोष नेतृत्वको पनि छ।

नेपालीहरू ठान्छन् – नेपाल संसारभरमा दुर्लभ, विशिष्ट विशेषताले भरिएको, प्राकृतिक स्रोतले भरिपूर्ण, असाध्यै बाठा र मेहनती जनता भएको, संसारका विकसित देशले इर्ष्या गर्ने, असल नेताले चाहने हो भने केही वर्षभित्र स्विट्जरल्यान्ड वा बेलायत जस्तो बनाउन सक्ने सुन्दर देश हो।

विगतमा ओलीले आम जनताको यही अतिशयोक्तिपूर्ण विश्वासलाई आफ्नो अति राष्ट्रवादी र अहंकारी शासन चलाउने उद्देश्यका लागि प्रयोग गरियो। चुच्चे नक्सा, राष्ट्रिय झण्डा, बुलेट रेल, झण्डा फहर्‍याउने पानीजहाज, पशुपतिनाथको मन्दीरमा राष्ट्रिय धुन, ठोरीमा रामको मन्दिर आदि भद्दा विषयलाई देश र आम जनताका प्रमुख मुद्दा बनाएर विगतका शासक र तिनका चाटुकारले आम जनताको संवेदनशीलता तथा बौद्धिक कमजोरीमा खेल्ने प्रयास गरे। देशका सीमितता र जोखिमबारे इमानदार बहस हुन पाएन। देशका चुनौती सम्बोधन गर्ने गम्भीर दृष्टिकोणमा सत्ताको रूचि नै भएन।

अर्को जोखिम राजनीतिमा हावी 'हिरोपन्थी' को संस्कार हो।

राजनीति र नेतृत्वलाई बुझ्ने मामिलामा नेपाल, भारत लगायत देशहरूमा व्यक्तिवादी प्रवृत्ति असाध्य रोगजस्तै गडेर बसेको छ। आम मानिसहरू संस्था वा प्रणालीलाई भन्दा बढी व्यक्तिको इमानदारिता र क्षमतालाई विश्वास गर्छन्। समाजको यही कमजोरीबाट हौसिएर ओली आफू सत्तामा रहँदा सर्वज्ञानी, सर्वगुण सम्पन्न, असाधारण क्षमताबाट सज्जितका रूपमा आफूलाई प्रस्तुत गर्थे र देशको सफलता, असफलतालाई आफ्नो व्यक्तिगत सफलता, असफलता जस्तो गरी व्याख्या गर्थे।

अब प्रश्न उठ्छ – देश र यसका सम्भावनाबारे आम मानिसको संकिर्ण र अतिशयोक्तिपूर्ण दृष्टिकोणलाई रास्वपाले इमानदारिताका साथ सम्बोधन गर्न सक्ला?

मलाई यही कुरामा शंका छ। मैले संकीर्ण राष्ट्रवादलाई चिर्ने कुरामा वा देशका सम्भावनालाई यथार्थपरक ढंगले बुझ्ने कुरामा बालेन र ओलीमा धेरै फरक देखेको छैन। न त व्यक्तित्वलाई जिम्मेवारीबाट अलग राख्नुपर्ने कुरामा उनीहरू सचेत देखिएका छन्।

रास्वपाबारे मेरो संशय केवल सैद्धान्तिक होइन, न त यो रास्वपाप्रतिको दुराग्रह हो। रास्वपाले देशलाई सही नेतृत्व दिन सके नेपालले ठूलो राहत पाउनेछ र म यसमा केही मात्रामा आशावादी पनि छु। नेपालको समृद्धिमा मेरो व्यक्तिगत हित पनि जोडिएको छ। मलाई सीमित आशा के छ भने, बालेनका बोली तथा व्यवहारमा भविष्यमा परिपक्वता देखिनेछ। यदि यसो भएमा देशलाई त भयंकर लाभ हुने नै छ। म पनि यसबाट धेरै लाभान्वित हुनेछु।

माथि प्रशस्त चर्चा गरिएकोओलीको शासनकाललाई अन्तमा फेरि एक पटक हेरौं। ६-७ वर्षअघि नेपालको राजनीतिमा ओली लोकप्रियताको शिखरमा थिए। एमालेमा त उनको एकछत्र राज छँदै थियो – नेपाली कांग्रेस, अहिलेको रास्वपा, पूर्वपञ्च, राजावादी, देशका ज्येष्ठ नागरिक, जोगी, पण्डा सबैको दृष्टिकोणमा उनी दुईतिहाइका लोकनायक थिए। मेरी आमा उनको भयंकर प्रशंसक हुनुहुन्थ्यो। आज उनको सर्वशक्तिमान छवि धूलोमा मिसिएको छ। शिखरमा छन् बालेन शाह। बालेन के बुझ्नुपर्छ भने, दुई-तिहाइ साध्य होइन, असल काम गर्ने आधार मात्र हो।

भनिन्छ – शासकका बाटामा फूलहरू होइन, काँडाहरू बिछ्याऊ!

यसको तात्पर्य के भने शासन चलाउने व्यक्तिले संयमित हुन र हरेक पाइलामा सुविचारित ढंगले अघि बढ्न आवश्यक छ। यही भनाइको अर्को आशय यो पनि हुन सक्छ कि, विवेक भएका शासकहरूले प्रशंसाबाट भन्दा आलोचना र प्रश्नहरूबाट बढी फाइदा लिन सक्छन्। अत्यधिक मतबाट निर्वाचित रास्वपालाई बधाइ दिँदै गर्दा उनीहरूबाट सुझबुझपूर्ण राजनीतिको अपेक्षा राख्नु र यसप्रति उनीहरूलाई सचेत बनाउनु नागरिकका रूपमा हामी सबैको कर्तव्य हो। साभार: सेतोपाटीडटकम

समाचार | जि.प्र.का.ध.द.नं. २३८/०७४/७५ | जि.हु.का.ध.द.नं. २१९/०७४/७५ | **२०८२ फागुन २८ गते विहिवार** [12 March. 2026] | समाचार दैनिक जनकपुर

समानुपातिक सांसद छनोटका लागि दललाई तीन दिन

दैनिक समाचारदाता
काठमाडौं, २७ फागुन । प्रतिनिधिसभा निर्वाचनअन्तर्गत समानुपातिकतर्फका सांसद छनोटका लागि निर्वाचन आयोगले राजनीतिक दलहरूलाई तीन दिनको समय दिने तयारी गरेको छ।

आयोगले दलहरूले प्राप्त गरेको सदर मतको आधारमा कुन दलले कति सिट पाउने भन्ने निर्धारण गर्नेछ। त्यसपछि सम्बन्धित दलहरूले यसअघि आयोगमा बुझाएको समानुपातिकतर्फको बन्दसूचीबाट नाम सिफारिस गर्नुपर्ने हुन्छ।

२१ फागुनमा सम्पन्न प्रतिनिधिसभा निर्वाचनका लागि राजनीतिक दलहरूले गत पुस १३ र १४ गते आयोगमा समानुपातिकतर्फका उम्मेदवारहरूको बन्दसूची पेश गरेका थिए।

२७५ सदस्यीय प्रतिनिधिसभामा १६५ जना प्रत्यक्ष निर्वाचन प्रणालीबाट र ११० जना समानुपातिक प्रणालीबाट निर्वाचित हुने संवैधानिक व्यवस्था छ। प्रत्यक्षतर्फका १६५ सिटको मतपरिणाम सार्वजनिक भइसकेको छ भने समानुपातिकतर्फको अन्तिम प्रक्रिया पनि अब केही दिनमै टुंगिने अपेक्षा गरिएको छ।

निर्वाचन आयोगका सूचना अधिकारी सुमन घिमिरेका अनुसार दलहरूले प्राप्त गरेको सदर मतका आधारमा समानुपातिक सिट बाँडफाँट तय गरिनेछ। त्यसपछि आयोगले सम्बन्धित दलहरूलाई बन्दसूचीमा रहेका उम्मेदवारहरूमध्येबाट नाम सिफारिस गर्न औपचारिक पत्र पठाउनेछ। उनका अनुसार सम्भव भएसम्म आजै साँझ वा भोलिसम्ममा दलहरूलाई पत्र पठाएर नाम सिफारिस गर्न आग्रह गरिनेछ।दलहरूले सिफारिस गरेका नाम संविधान र कानुनअनुसार मिलेको छ वा छैन भन्ने आयोगले पुनः परीक्षण गर्नेछ। प्रक्रिया पूरा भएपछि आयोगले समानुपातिकतर्फबाट निर्वाचित ११० सांसदलाई निर्वाचित भएको प्रमाणपत्र प्रदान गर्नेछ। समानुपातिकतर्फका सांसदलाई प्रमाणपत्र वितरण गरेपछि निर्वाचन आयोगले प्रतिनिधिसभा निर्वाचनसम्बन्धी सम्पूर्ण प्रतिवेदन राष्टूपति कार्यालयमा बुझाउने तयारी गरेको जनाएको छ।

६ दलले पाए राष्ट्रिय दलको मान्यता

दैनिक समाचारदाता
काठमाडौं, २६ फागुन । २१ फागुनको निर्वाचनबाट ६ वटा राजनीतिक दल राष्ट्रिय दल बनेका छन् । जसमा एउटा नयाँ र पाँच वटा दल पुरानै रहेका छन् ।

यसपटकको निर्वाचनबाट राष्ट्रिय दलको मान्यता पाउने नयाँ दलमा श्रम संस्कृति पार्टी रहेको छ । यो हर्क साम्पाङ नेतृत्वको पार्टी हो । यो पार्टीले प्रत्यक्षतर्फ तीन सिट जितेको छ भने समानुपातिकतर्फ तीन प्रतिशत थ्रेसहोल्ड कटाएको छ ।

बाँकी राष्ट्रिय दलको मान्यत पाउने दलहरूमा राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टी (रास्वपा), नेपाली कांग्रेस, नेकपा एमाले, नेपाली कम्युनिस्ट पार्टी र राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टी (राप्रपा) रहेका छन् । यी चार दल विघटित प्रतिनिधि सभामा पनि राष्ट्रिय दलको रुपमा रहेका थिए ।

रास्वपालाई.......

दोस्रो पार्टीको रुपमा रहेको नेपाली कांग्रेसले समानुपातिकमा २० सिट पाउने देखिएको छ। कांग्रेसले प्रत्यक्षमा १८ सिट जितेको छ । कांग्रेसले १७ लाख ५४ हजार ५२ मत ल्याएको छ। प्रत्यक्ष र समानुपातिक गरी प्रतिनिधिसभामा कांग्रेसको ३८ सिट हुने देखिएको छ। गत चुनावको भन्दा करिब आधा बढी कम सिट हो । यसअघि कांग्रेसको ८९ सिट थियो ।

एमालेले समानुपातिकबाट १६ सिट पाउने देखिएको छ। उसले प्रत्यक्षमा ९ सिट जितेको छ। अब प्रतिनिधि सभा २५ सिट हुनेछ । यो संख्या गत प्रतिनिधि सभाको भन्दा तेब्बर कम सिट हो।

यसअघि एमालेको ७९ सिट थियो । गत चुनावमा समानुपातिकमा पहिलो बढी मत ल्याउने दल रहेको एमाले यसपटक ५० प्रतिशत मत गुमाउँदै १४ लाख ५१ हजार ७५९ मा सीमित भएको छ ।

नेपाली कम्युनिस्ट पार्टीले समानुपातिकमा ९ सिट पाउने देखिएको छ । उसले प्रत्यक्षमा ८ सिट जितेको छ । अब प्रतिनिधिसभामा नेकपाको १७ सिट हुनेछ । नेपाल कम्युनिस्ट पार्टीले समानुपातिकतर्फ ८ लाख ८ हजार ५ सय ८२ मत पाएको छ ।

यो प्रतिनिधिसभामा श्रम संस्कृति र राप्रपाले समानुपातिकमा ४/४ सिट पाउने देखिएको छ । श्रम संस्कृतिले ३ सिट प्रत्यक्षमा जितेकाले अब उसको कुल ७ सिट हुनेछ । राप्रपाले प्रत्यक्षमा एक सिट जितेकाले कुल ५ सिट हुनेछ ।

श्रम संस्कृति चार महिना अघि मात्र गठन भएको पार्टी हो । यो चुनावबाट उपेन्द्र यादव नेतृत्वको जसपा नेपाल र सिके राउत नेतृत्वको जनमत पार्टीले भने कुनै सिट ल्याउन सकेनन् । समानुपातिकमा पनि तीन प्रतिशत मतको थ्रेस होल्ड कटाएनन् ।

निर्वाचन आयोगका सूचना अधिकारी सुमन घिमिरेले समानुपातिक तर्फको मतगणना सकिएको जानकारी दिँदै अब त्यसको सिट बाँडफाँटको काम अगाडि बढ्ने बताए ।

'अब दलहरूले पाएको सदर मतको आधारमा सिट तय हुन्छ । सिट तय भएपछि त्यसआधारमा सम्बन्धित दलहरूलाई तीन दिन भित्र समानुपातिक तर्फको बन्दसूचीमा रहेका नाममध्येबाट सिफारिस गर्न पत्र लेखिनेछ' सूचना अधिकारी घिमिरेले भने ।

दलहरूले सिफारिस गरेको के कति मिल्यो वा मिलेन भनेर निर्वाचन आयोगले पुनः हेर्दछ र अगाडि बढाउँछ । त्यसपछि निर्वाचन आयोगले समानुपातिक सांसदहरुलाई निर्वाचित भएको प्रमाणपत्र दिनेछ ।

प्रधानमन्त्री नियुक्त भएपछि बालेनले लिनुपर्दैन विश्वासको मत

दैनिक समाचारदाता
जनकपुरधाम, २७ फागुन । राष्टि्रय स्वतन्त्र पार्टी (रास्वपा) का वरिष्ठ नेता बालेन शाह पार्टी संसदीय दल नेता चयन हुँदै प्रधानमन्त्री नियुक्त हुन बाँकी नै छ ।

बालेनलाई प्रधानमन्त्रीका उम्मेदवार घोषणा गर्दै रास्वपा फागुन २१ को प्रतिनिधि सभा निर्वाचनमा होमिएको थियो ।

निर्वाचनबाट प्रत्यक्ष र समानुपातिक गरी कूल १८२ सिट जित्दै रास्वपा सबैभन्दा ठूलो दल बनेको छ ।

अब रास्वपाले बालेनसँग भएको पूर्ववत समझदारीअनुसार उनलाई संसदीय दलको नेता बनाउनुपर्ने हुन्छ । निर्वाचन परिणाम घोषणा भएपछि सांसदहरूको बैठक बसेर दलको नेता चुन्नुपर्ने हुन्छ ।

संसदीय दलको नेता बनेपछि बालेनलाई राष्टूपतिले प्रधानमन्त्री नियुक्त गर्नेछन् । बालेन संविधानको धारा ७६ को उपधारा १ बमोजिम प्रधानमन्त्री बन्नेछन् । उक्त उपधारामा 'राष्टूपतिले प्रतिनिधि सभामा बहुमत प्राप्त संसदीय दलको नेतालाई प्रधानमन्त्री नियुक्त गर्ने' व्यवस्था छ ।

बालेनले प्रधानमन्त्री नियुक्त भएपछि प्रतिनिधि सभामा विश्वासको मत लिइराख्नु पर्दैन । किनभने उनी संसदमा बहुमत प्राप्त दलको नेताका हैसियतमा प्रधानमन्त्री बन्नेछन् । २७५ सदस्यीय प्रतिनिधि सभामा बहुमत प्राप्त गर्न १३८ सिट जित्नुपर्छ तर रास्वपा एक्लैले चुनावमा १८२ सिट जितेको छ ।

संविधानको धारा ७६ मा मन्त्रिपरिषद् गठनसम्बन्धी व्यवस्था छ। उक्त धाराले बहुमत

प्राप्त दलको नेतालाई विश्वासको मत लिनुपर्ने बाध्यकारी व्यवस्था गरेको छैन। तर प्रधानमन्त्रीले चाहेमा जुनसुकै बेलामा विश्वासको मत भने लिन पाउँछन्।

संविधानविद् विपिन अधिकारी बुहमत प्राप्त दलको नेतालाई राष्टूपतिले प्रधानमन्त्री चयन गरेपछि विश्वासको मत लिन आवश्यक नरहेको बताउँछन्।

'राष्टूपतिले निर्वाचन परिणाम प्राप्त गरेपछि बहुमत प्राप्त दललाई दलको नेताको नाम माग्नुपर्छ', अधिकारीले भने, 'नेताको नाम प्राप्त भएपछि राष्टूपतिले प्रधानमन्त्री नियुक्त गर्नुपर्छ। हाम्रो संविधानले बहुमत प्राप्त दलको नेताले विश्वासको मत लिनुपर्ने व्यवस्था गरेको छैन।'

मन्त्रिषरिषद् गठनसम्बन्धी संविधानको व्यवस्थाअनुसार दुई वा दुई भन्दा बढी दल मिलेर सरकार बनेको ३० दिनमा विश्वासको मत लिनुपर्छ। त्यसैगरी सबैभन्दा ठूलो दलले अल्पमतको सरकार बनाएको अवस्थामा पनि ३० दिनभित्र विश्वासको मत लिनुपर्छ।

नेपालको संविधानले दलहरूको सरकार नबनेको अवस्थामा कुनै एक सांसद मात्र पनि प्रधानमन्त्री बन्न सक्ने व्यवस्था गरेको छ। त्यस्तो प्रधानमन्त्रीले पनि संसदमा ३० दिन भित्र विश्वासको मत लिनुपर्छ।

बालेन बहुमत प्राप्त दलको नेताको हैसियतमा प्रधानमन्त्री बन्ने भएकाले उनले विश्वासको मत लिनुपर्ने बाध्यकारी व्यवस्था छैन।

संविधानको धारा १०० मा प्रधानमन्त्रीले विश्वासको मत लिनुपर्ने अवस्था र अविश्वासको प्रस्ताव ल्याउने व्यवस्था छ।

यदि बालेन प्रधानमन्त्री निर्वाचित भए भने उनकाविरूद्ध कम्तीमा २ वर्ष अविश्वासको प्रस्ताव ल्याउन पाइने छैन।

संविधानले एक चौथाई सांसदले प्रधानमन्त्रीका विरूद्ध अविश्वासको प्रस्ताव ल्याउन सक्ने व्यवस्था गरेको छ। तर कुनै पनि प्रधानमन्त्रीविरुद्ध निर्वाचित भएको दुई वर्षसम्म अविश्वासको प्रस्ताव ल्याउन बन्देज गरिएको छ।

तर प्रधानमन्त्रीको दल अर्थात् रास्वपा विभाजन भएको अवस्थामा भने बालेन शाहले ३० दिनभित्र विश्वासको मत लिनुपर्ने हुन्छ। त्यस्तै सरकारमा सहभागी कुनै दलले साथ छाडेमा प्रधानमन्त्रीको दलले विश्वासको मत लिनुपर्ने हुन्छ। रास्वपाले यसपटक सरकारमा अन्य दललाई पनि साथै लैजान्छ कि लैजाँदैन स्पष्ट छैन।

यदि दलहरूले मिलेर दुई वर्षपछि प्रधानमन्त्रीका विरूद्ध अविश्वासको प्रस्ताव संसदमा ल्याए र त्यो फेल भयो भने अर्को एक वर्षसम्म अविश्वासको प्रस्ताव ल्याउन पाइने छैन।

तर संविधानमा बहुमत प्राप्त दलले संसदीय दलको नेता परिवर्तन गऱ्यो भने प्रधानमन्त्रीको बहिर्गमन कसरी हुन्छ भन्ने स्पष्ट छैन। यस्तो अवस्थामा संविधानको धारा ७६ को १ अनुसार राष्टूपतिले नयाँ बनेका दलको नेतालाई सिधै प्रधानमन्त्री चयन गर्न सक्छन् कि सक्दैनन् भन्ने प्रश्न खडा हुन सक्ने देखिन्छ। प्रधानमन्त्रीको पद रिक्त भएको सूचना संसदबाट राष्टूपति कहाँ जान्छ वा दलको नेता परिवर्तन भएको सूचना गएपछि नयाँ प्रधानमन्त्री नियुक्ति हुन्छ भन्ने प्रक्रियागत अस्पष्टता छ।

तर संविधानविद् विपिन अधिकारी राष्टूपतिले त्यस्तो अवस्था सिर्जना भए 'दलको नेता को भयो र उसको बहुमत छ कि छैन' हेर्नुपर्ने बताउँछन्।

'हामी यस्तो अवस्थामा कल्पना नगरौं। चुनाव अघि एक जना व्यक्तिलाई प्रधानमन्त्रीको उम्मेदवार घोषणा गरेपछि अर्को व्यक्ति प्रधानमन्त्री बन्नु भनेको त जनतालाई ढाँट्ने काम हुन्छ', अधिकारीले भने, 'तर कुनै अप्ठ्यारो परिस्थिति आयो भने राष्टूपतिले दलको नेता को छ भनेर हेर्नुपर्ने हुन्छ।'

सकियो समानुपातिक तर्फको मतगणना

काठमाडौं, फागुन २७ गते । यही फागुन २१ गते सम्पन्न प्रतिनिधिसभा सदस्य निर्वाचनअन्तर्गत समानुपातिक निर्वाचन प्रणालीको मतगणना सम्पन्न भएको छ ।

पछिल्लो समय गोरखा १ र इलाम १ को मतगणना सकिएसँगै समानुपातिकतर्फ पनि सबै मतगणना सकिएको निर्वाचन आयोगका सहायक प्रवक्ता कुलबहादुर जिसीले जानकारी दिनुभयो । मतगणना सकिएसँगै फारम सम्बन्धित निर्वाचन अधिकृतको कार्यालयबाट आयोगमा विवरण प्राप्त हुने क्रम भने जारी रहेको उहाँले बताउनुभयो ।

समानुपातिकतर्फको मतगणना सकिएसँगै समानुपातिकतर्फ राजनीतिक दलले पाउने सिट सङ्ख्या निर्धारणको गृहकार्य पनि सुरु भएको आयोगले जनाएको छ । केही दिनमा यो प्रक्रियाले पूर्णता पाउने जनाइएको छ । यसैबिच बुधबार बिहान ११ बजेसम्मको समानुपातिक निर्वाचन तर्फ एक करोड सात लाख ३९ हजार एक सय १५ मत गणना भएको निर्वाचन आयोगले जनाएको छ । गणना भएको मध्ये राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टी (रास्वपा) ५१ लाख ३९ हजार दुई सय ३५ सहित अग्रता कायम गरेको छ । नेपाली कांग्रेसले १७ लाख ४९ हजार पाँच सय ८३, नेकपा (एमाले) ले १४ लाख ४८ हजार आठ सय ५४, नेपाली कम्युनिष्ट पार्टीले आठ लाख पाँच हजार सात सय ७३, श्रम संस्कृति पार्टीले तीन लाख ७८ हजार छ सय ४९ र राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टीले तीन लाख २९ हजार चार सय ७२ मत हासिल गरेका छन् । अन्य दल थ्रेसहाल्ड कटाउने स्थितिमा देखिएका छैनन् । रासस

- विभिन्न प्रकारको कोटेन रोल
- विभिन्न प्रकारका जिङ्गजैङ्ग कोटन
- डिलेभरी पैड सहितका लागि सम्पर्क स्थान

रामेश्वरम सर्जिकल उद्योग
जनकपुरधाम, १४, मधेश प्रदेश
मो.नं.: ९८१९८३५३१४

'समाचार दैनिक जनकपुर'का लागि प्रकाशक ललिता दास, सल्लाहकार : हेमन्त साह, कार्यकारी सम्पादक प्रमोद पण्डित,सम्पादक : कैलास दास, मुद्रकः न्यू मोडेल अफसेट प्रेस.,जनकपुरधाम, सम्पादित कार्यालयः विद्यापति चौक, जनकपुरधाम, मो.नं.: ९८५४०२५१६४