राष्ट्रिय दैनिक

समाचार दैनिक

जनकपुर

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

विज्ञापनको लागि सम्पर्क
९८५४०२०९२२
९८५४०२५१६४

वर्ष ८ अंक ५७ २०८३ भदौ २९ गते सोमवार (14 Sep. 2026) **पृष्ठ ४ मूल्य रु. ३।-**

॥ ॐ श्री बलभद्राय नम: ॥

श्री धर्म संस्था व्याहुत कलवार चौरासी

ब्याहुत सेवा समिति (कलवार कुट्टी)

जनकपुरधाम-४ (नेपाल)

श्री बलभद्र जयन्ती पूजन समारोह

हार्दिक निमन्त्रणा

परमपिता परमेश्वरको असीम अनुकम्पा तथा श्री बलभद्र भगवानको कृपाबाट व्याहुत सेवा समितिद्वारा **२०८३ आश्विन १ गते विहिवार**का दिन श्री बलभद्र जयन्ती पूजनोत्सव विविध धार्मिक, सामाजिक तथा सांस्कृतिक कार्यक्रमका साथ भव्य रूपमा मनाउन लागिएको छ। अत: समस्त स्वजातीय बन्धु-बान्धवहरूलाई आग्रह छ कि सपरिवार अनिवार्य उपस्थित भई पूजन समारोहमा भव्यता प्रदान गरी कार्यक्रमलाई सफल बनाउन हार्दिक अनुरोध गर्दछौं ।

पूजनोत्सवअन्तर्गत साप्ताहिक कार्यक्रम तालिका

मिति : २०८३ भाद्र २७ गते, शनिबार

दौड प्रतियोगिता

समय : बिहान ७:०० बजे संयोजक : दिनेश कुमार साह मो. : ९८२५८७६०४०

चित्रकला प्रतियोगिता

समय : दिउँसो ३:०० बजे संयोजक : अमित कुमार साह मो. : ९८१६८००११०

मिति : २०८३ भाद्र २८ गते, आइतबार

हाजिरीजवाफ प्रतियोगिता

समय : दिउँसो १:०० बजे संयोजक : राजेश कुमार साह मो. : ९८१७८७५८१२

मिति : २०८३ भाद्र ३० गते, मंगलबार

भोजन कार्यक्रम स्थान : मानव सेवा आश्रम आयोजक : मूल समिति

मिति : २०८३ भाद्र ३१ गते, बुधबार

सरसफाइ तथा वृक्षरोपण कार्यक्रम

समय : बिहान ७:०० बजे संयोजक : बसन्त प्रसाद साह मो. : ९७०७१९६८३९

मिति : २०८३ आश्विन १ गते, विहिवार

कलश भरण तथा शोभायात्रा समय : बिहान ८:०० बजे आयोजक : युवा मञ्च तथा महिला मञ्च

पूजन शुभारम्भ : समय : बिहान ९:३० बजे **दिवा भोजन** समय : बिहान ११:०० बजेदेखि ४:०० बजेसम्म

संयोजक : महेश कुमार साह मो. : ९८०७६२४३७०

रक्तदान कार्यक्रम

समय : बिहान ११:०० बजेदेखि संयोजक : मौसम विक्रम साह मो. : ९८१२०२८४९१

ज्येष्ठ नागरिक सम्मान कार्यक्रम

समय : दिउँसो २:०० बजे संयोजक : मूल समिति

प्रसाद वितरण

समय : साँझ ४:०० बजेदेखि संयोजक : गणेश प्रसाद साह मो. : ९८१४८९५०८७

महाआरती

समय : साँझ ७:०० बजे संयोजक : महिला मञ्च

मिति : २०८३ आश्विन २ गते, शुक्रबार

वृद्धाश्रममा खाद्यान्न वितरण कार्यक्रम

आयोजक : मूल समिति, युवा मञ्च तथा महिला मञ्च

हार्दिक अनुरोध

श्री बलभद्र जयन्ती पूजन समारोहलाई धार्मिक आस्था, सामाजिक एकता, सेवाभाव र पारस्परिक सद्भावको उत्सवका रूपमा सफल बनाउन सम्पूर्ण स्वजातीय बन्धु-बान्धवहरूको सक्रिय सहभागिताका लागि हार्दिक अनुरोध गर्दछौं । *जय श्री बलभद्र भगवान् !*

शिव शंकर साह (मुन्ना)
महासचिव
मो. ९८०४८८८८४८

श्याम प्रसाद साह
अध्यक्ष
मो. ९८५४०२२५४८

गुठीका पोखरी अतिक्रमणमुक्त गर्न थप १५ दिन

अनधिकृत संरचना आफैँ हटाउन सम्बन्धित व्यक्ति तथा संस्थालाई समय; तोकिएको अवधिमा नहटाए कार्यान्वयन समितिले हटाउने

दैनिक समाचारदाता

जनकपुरधाम, २८ भदौ । गुठीका पोखरी तथा पोखरीका डिलमा निर्माण गरिएका अतिक्रमित संरचना हटाउन सम्बन्धित व्यक्ति तथा संस्थालाई थप १५ दिनको समय दिइएको छ ।

गुठीको जग्गा संरक्षण तथा व्यवस्थापनका लागि गठित उच्चस्तरीय कार्यदलका विभिन्न प्रतिवेदनले औँल्याएका अतिक्रमित पोखरीलाई चरणबद्ध रूपमा अतिक्रमणमुक्त गर्ने अभियानअन्तर्गत थप समय दिइएको हो ।

यसअघि भदौ १९ गते सार्वजनिक सूचना जारी गर्दै सम्बन्धित व्यक्ति तथा संस्थालाई सात दिनभित्र अनधिकृत संरचना आफैँ हटाउन आग्रह गरिएको थियो । सोहीअनुसार भदौ २७ गतेदेखि संरचना हटाउने तयारी गरिएको थियो ।

तर, अनुगमनका क्रममा कतिपय सम्बन्धित व्यक्तिले संरचना आफैँ हटाउन थालेको र थप समय माग गरेपछि कार्यान्वयन समितिले १५ दिनको अतिरिक्त समय दिएको हो ।

गुठी संस्थानका प्रवक्ता जनक पोखरेलका अनुसार रेखाङ्कन तथा नक्साङ्कनका आधारमा पोखरी र पोखरीका डिलमा रहेका संरचनाको अनुगमन गर्दा कतिपय संरचना आधा भागसम्म हटाउनुपर्ने अवस्था देखिएको थियो । तत्काल डोजर प्रयोग गरी संरचना हटाउँदा थप क्षति हुनसक्ने भएकाले सम्बन्धित व्यक्तिलाई आफैँ संरचना हटाउन समय दिइएको उनले बताए ।

थप समय दिइएका पोखरीमा देवान पोखरी (चन्द्रकूप), मध्यमा सर, रुक्मिणी सर, विडाल सर (विराही), गोन्ही पोखरी, ठाडी पोखरी, लवकी पोखरी (रजौल), कपालमोचनी सर, पुरन्दर सर, लवकी पोखरी (जीरो माइलभन्दा उत्तरपूर्व), लक्ष्मण सर (बलराम सर), पापमोचनी सर, अग्निकुण्ड, सीताकुण्ड र विहारकुण्ड रहेका छन् ।

तोकिएको थप अवधिभित्र पनि अतिक्रमित संरचना पूर्ण रूपमा नहटाए कार्यान्वयन समितिले आफैँ संरचना हटाउने जनाएको छ । गुठी संस्थानले यसअघि पनि नक्साङ्कनका आधारमा केही अतिक्रमित संरचना हटाइसकेको जनाएको छ ।

भोटेकोशी बाढीले २ खर्ब ७४ अर्बको भौतिक क्षति

जलविद्युत् र प्रसारण लाइनमा मात्रै १ खर्ब ३४ अर्बभन्दा बढी क्षति; सम्पूर्ण भौतिक संरचना पुनर्निर्माणमा ७ खर्ब २३ अर्ब लाग्ने अनुमान

दैनिक समाचारदाता

काठमाडौं, २८ भदौ । रसुवा-भोटेकोशी बाढीबाट पूर्वाधार क्षेत्रमा मात्रै १ खर्ब ७२ अर्ब ३४ करोड रुपैयाँ बराबरको क्षति भएको पाइएको छ ।

सरकारले गठन गरेको ‘रसुवा-भोटेकोशी बाढी २०८३ : द्रुत क्षति तथा आवश्यकता आकलन’ प्रतिवेदनअनुसार बाढीबाट पूर्वाधार क्षेत्रमा भएको क्षति पुनर्निर्माण गर्न ४ खर्ब ७३ अर्ब ५७ करोड रुपैयाँ आवश्यक पर्ने अनुमान गरिएको छ ।

बाढीबाट ऊर्जा क्षेत्रअन्तर्गत जलविद्युत् आयोजना तथा प्रसारण लाइनमा सबैभन्दा बढी क्षति पुगेको छ । यस क्षेत्रमा १ खर्ब ३४ अर्ब ६९ करोड रुपैयाँ बराबरको क्षति भएको प्रतिवेदनमा उल्लेख छ । ऊर्जा क्षेत्रको पुनर्निर्माणमा मात्रै करिब ३ खर्ब ९० अर्ब रुपैयाँ आवश्यक पर्ने अनुमान गरिएको छ । नवीकरणीय ऊर्जामा भने ५६ करोड रुपैयाँ बराबरको क्षति भएको छ ।

सडकतर्फ २२ अर्ब रुपैयाँ बराबरको क्षति भएको अनुमान गरिएको छ । सडक पुनर्निर्माणमा ५५ अर्ब १८ करोड रुपैयाँभन्दा बढी आवश्यक पर्ने आकलन छ । त्यस्तै, पुलमा ११ अर्ब ३५ करोड रुपैयाँ बराबरको क्षति पुगेको छ भने पुल पुनर्निर्माणका लागि १८ अर्ब ६ करोड रुपैयाँ आवश्यक पर्ने अनुमान गरिएको छ ।

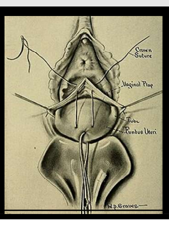
टेलिकम क्षेत्रमा ६२ करोड रुपैयाँ बराबरको क्षति भएको छ। उक्त क्षेत्रको पुनर्निर्माणमा झन्डै १ अर्ब रुपैयाँ आवश्यक पर्ने प्रतिवेदनले औँल्याएको छ। खानेपानी तथा सरसफाइका पूर्वाधारमा १ अर्ब ३८ करोड रुपैयाँ र सिँचाइका संरचनामा १ अर्ब ६४ करोड रुपैयाँ बराबरको क्षति भएको छ।

बाढीबाट निजी तथा सार्वजनिक आवास, विद्यालय, स्वास्थ्य चौकी तथा सांस्कृतिक संरचनामा समेत ठूलो क्षति पुगेको छ। यी क्षेत्रतर्फ कुल ६७ अर्ब ८४ करोड रुपैयाँ बराबरको क्षति भएको प्रतिवेदनमा उल्लेख छ। ती संरचनाको पुनर्निर्माणमा करिब १ खर्ब रुपैयाँ आवश्यक पर्ने अनुमान गरिएको छ। प्रतिवेदनअनुसार बाढीबाट भएको कुल भौतिक क्षति २ खर्ब ७४ अर्ब ४८ करोड रुपैयाँ बराबर छ। क्षतिग्रस्त सम्पूर्ण भौतिक संरचनाको पुनर्निर्माणका लागि ७ खर्ब २३ अर्ब ३१ करोड रुपैयाँ आवश्यक पर्ने अनुमान गरिएको छ।

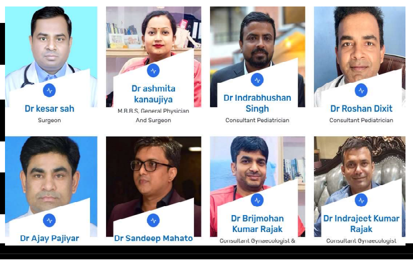
त्यसमध्ये बाढीपछिको शीघ्र पुनरुत्थान कार्यक्रमअन्तर्गत पहिलो ६ महिनामा करिब ९ अर्ब रुपैयाँ आवश्यक पर्ने आकलन गरिएको छ। त्यसपछि दीर्घकालीन पुनरुत्थान तथा पुनर्निर्माणका लागि बाँकी रकम आवश्यक पर्ने प्रतिवेदनले औँल्याएको छ।

अब अनलाइनबाट बुकिङ्को सुविधा

divyaclinicjanakpur.com



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



सम्पर्क ठेगाना

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, Mob. 9801674020

सम्पादकीय

मुद्दा धेरै, अब समाधान चाहिन्छ

मधेश प्रदेशमा सुशासन, सामाजिक न्याय, महिला तथा बालबालिकाको अधिकार, शिक्षा, स्वास्थ्य र सामाजिक विकृतिसँग सम्बन्धित ३४ वटा मुद्दा नागरिक चबुतरामा उठ्नु गम्भीर विषय हो। यी मुद्दा कुनै अमूर्त बहस होइनन्, नागरिकले दैनिक जीवनमा भोगिरहेका समस्या हुन् । त्यसैले यिनको पहिचानसँगै अब समाधानको ठोस प्रक्रिया अघि बढाउनु आवश्यक छ।

सरकारी कार्यालयमा हुने घुसखोरी, सेवाप्रवाहमा ढिलासुस्ती, सेवाग्राहीमाथि हुने दुर्व्यवहार, स्थानीय तथा प्रदेश तहमा हुने भ्रष्टाचार र राजनीतिक पहुँचका आधारमा हुने नियुक्तिले सुशासनको अवस्थामाथि प्रश्न उठाएको छ। नातावाद र कृपावादले योग्यताभन्दा पहुँचलाई प्राथमिकता दिने प्रवृत्ति बढाउँछ। यसले सार्वजनिक संस्थाप्रतिको नागरिक विश्वास कमजोर बनाउँछ।

त्यस्तै, महिला हिंसा, कार्यस्थलमा हुने यौनजन्य दुर्व्यवहार, दाइजो प्रथा, जातीय विभेद तथा छुवाछुत, सामाजिक बहिष्करण, बालविवाह, मानव बेचबिखन र रोजगारीका नाममा हुने ठगीजस्ता समस्या सामाजिक न्यायका गम्भीर चुनौती हुन्। युवामा बढ्दो लागुऔषध दुर्व्यसन तथा शिक्षा र परीक्षामा हुने अनियमितताले भविष्यका पुस्तामाथि समेत असर पारिरहेको छ।

यस्ता समस्या लामो समयदेखि रहनु राज्यका नीति तथा कानून प्रभावकारी रूपमा कार्यान्वयन हुन नसकेको संकेत हो। कानून बनाउने तर कार्यान्वयनमा उदासीन रहने प्रवृत्तिले समस्या समाधान हुँदैन। प्रदेश र स्थानीय तहले आफ्नो जिम्मेवारी स्पष्ट रूपमा निर्वाह गर्नुपर्छ भने नागरिक समाज र सञ्चारमाध्यमले निरन्तर खबरदारी गर्नुपर्छ।

३४ वटै मुद्दा एकैपटक समाधान गर्न सम्भव नहुन सक्छ। त्यसैले उच्च, मध्यम र सामान्य प्राथमिकताका आधारमा वर्गीकरण गरी तत्काल सम्बोधन गर्न सकिने विषयलाई पहिलो चरणमा अघि बढाउनु उचित हुन्छ। तत्काल पाँचवटा मुद्दा छनोट गरी पैरवी, संवाद, अनुसन्धान र सरोकारवाला निकायसँग समन्वय गर्ने तयारी सकारात्मक सुरुआत हो।

तर मुद्दा छनोट गरेर मात्र पुग्दैन। जिम्मेवार निकाय, समयसीमा र अपेक्षित परिणाम स्पष्ट हुनुपर्छ। नागरिकले उठाएका सवाल फेरि अर्को छलफलको विषय मात्र बन्नु हुँदैन।

मधेशमा सुशासन र सामाजिक न्याय स्थापित गर्ने हो भने अब प्रतिबद्धताभन्दा परिणाम आवश्यक छ। नागरिक चबुतरामा उठेका ३४ मुद्दा सरकार र समाज दुवैका लागि ऐना हुन्। त्यो ऐनामा देखिएको समस्या स्वीकारेर समाधानतर्फ अघि बढ्नु नै अहिलेको प्रमुख आवश्यकता हो।

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 ।

एआईले बदलेको खगोलशास्त्र, नेपालको अवसर

सञ्जय पौडेल

खगोलशास्त्र मानव जिज्ञासा र कल्पनाशक्तिको सबैभन्दा पुरानो वैज्ञानिक यात्रामध्ये एक हो। आधुनिक विज्ञानको सुरुआत हुनुभन्दा धेरै पहिलेदेखि मानिसहरूले आकाश र जमिनको सम्बन्ध खोज्ने प्रयास गरेका हुन्। उनीहरूले ताराहरूको उदय र अस्तसँग ऋतु परिवर्तनको सम्बन्ध खोजे अनि समयचक्रको हिसाब राख्न आकाशलाई नै मार्गदर्शक बनाउँदै आएका छन्।

खेतीपाती गर्ने समयको निर्धारण, समुद्री यात्रा, धार्मिक अनुष्ठान र आफू बसेको संसारलाई बुझ्न मानव सभ्यताले हजारौं वर्षदेखि आकाशतर्फ हेर्दै आइरहेको छ। यसरी नाङ्गो आँखाले नक्षत्रहरूको नक्शाङ्कन गर्ने प्राचीन आकाश-अवलोकनकर्तादेखि लिएर आदिम ब्रह्माण्डतर्फको अर्बौं प्रकाश वर्ष टाढासम्म नियाल्ने आधुनिक खगोलशास्त्रीहरूसम्म आइपुग्दा ब्रह्माण्डप्रतिको हाम्रो बुझाइ ती उपकरण र प्रविधिहरूसँगै अघि बढिरहेको छ, जुन हामीले विकास गर्‍यौं।

इतिहासको अधिकांश समयसम्म ती उपकरणहरू प्रकाशीय थिए र अन्धकार तथा सफा आकाश भएका पर्वतशिखरहरूमा बनेका गुम्बजभित्र जडित हुन्थे। तर यस्ता अत्याधुनिक पूर्वाधार निर्माण र सञ्चालन गर्न ठूलो लगानी आवश्यक पर्‍यो। त्यसैले ब्रह्माण्डको गहिरो अध्ययन गर्ने अवसर मुख्यतः धनी राष्ट्रहरू र तिनका संस्थाहरूको पहुँचमा सीमित रह्यो। विज्ञानले आफूलाई जति नै विश्वव्यापी र सबैका लागि खुला क्षेत्रका रूपमा प्रस्तुत गरे पनि अन्ततः यो धनकै पछि हिंडिरह्यो।

तर बहिष्कारको त्यो समय अब परिवर्तन हुँदैछ। आज खगोलशास्त्र एउटा नयाँ क्रान्तिको सङ्घारमा उभिएको छ- यस्तो क्रान्ति, जसलाई अझ विशाल ऐनाले होइन, कृत्रिम बुद्धिमत्ता, खुला पहुँचयुक्त तथ्याङ्क र कम्प्युटेसनल प्रतिभाको विश्वव्यापीकरणले अघि बढाइरहेको छ। अब दूरबिन मात्रै विशाल ब्रह्माण्ड नियाल्ने एकमात्र साधन रहेन। 'एल्गोरिदम' पनि त्यस्तै एउटा साधन बनेको छ। र यही परिवर्तनभित्र नेपाल जस्तो देशका लागि असाधारण अवसर लुकेको छ।

तथ्याङ्कबाट जन्मिएको खोज

सन् २०२० को जुन महिनामा 'क्यालिफोर्निया इन्स्टिच्युट अफ टेक्नोलोजी' का खगोलशास्त्रीहरूले निक्स नामक एउटा नयाँ ताराहरूको संरचना पत्ता लगाएको घोषणा गरे, जुन यसअघि हाम्रो तारापुञ्ज 'आकाशगङ्गा' भित्र लुकेको अवस्थामा थियो।

ग्रिक पौराणिक कथामा रातकी देवीको नामबाट नामकरण गरिएको निक्स करिब २५० ताराहरूको समूह हो, जुन हाम्रो आकाशगङ्गाभित्र अत्यन्त समन्वित गतिमा यात्रा गरिरहेका छन्। ती ताराहरू भौतिक रूपमा नजिक भएकाले होइन, बरु एउटै प्राचीन उत्पत्तिसँग जोडिएका कारण एकसाथ देखिएका हुन्। यी ताराहरू आकाशगङ्गाभित्र जन्मिएका थिएनन्। बरु, अर्बौं वर्षअघि हाम्रो आकाशगङ्गासँग ठोक्किएर विलय भएको एउटा सानो तारापुञ्जको अवशेष थिए। मूल तारापुञ्ज हराइसके पनि त्यसका ताराहरू अझै पनि एउटै ब्रह्माण्डीय प्रवाहसँगै बगिरहेका छन्, जुन एउटा पानीजहाज दुर्घटनाबाट बाँचेका यात्रुहरू जस्तै देखिन्छन्।

यस खोजलाई विशेष बनाउने कुरा 'केवल के पत्ता लाग्यो' भन्ने होइन, 'कसरी पत्ता लाग्यो' भन्ने पनि हो।

निक्स कुनै नयाँ दूरबिन निर्माण गरेर वा अत्यन्त महँगो अवलोकन अभियान सञ्चालन गरेर पत्ता लगाइएको थिएन। यसको खोज पहिल्यै उपलब्ध विशाल तथ्याङ्कहरूको बुद्धिमत्तापूर्ण विश्लेषणबाट सम्भव भएको थियो। अनुसन्धानकर्ताहरूले 'युरोपेली अन्तरिक्ष निकाय' को 'गाया' अभियानबाट प्राप्त आँकडामा मेसिन लर्निङ प्रविधि प्रयोग गरेका थिए।

ज्ञात तारा-समूहको गतिशील विशेषता पहिचान गर्न प्रशिक्षित न्युरल नेटवर्कहरूले निक्सलाई एउटा असामान्य संरचनाका रूपमा चिह्नित गरे- यस्ता ताराहरूको समूह, जसको गति सामान्य तारापुञ्जीय संरचनाले व्याख्या गर्न सक्दैनथ्यो। 'नेचर एस्ट्रोनोमी' मा प्रकाशित अध्ययन अनुसार, यी नतिजाहरूले "निक्स एउटा विघटित सानो तारापुञ्जको अवशेष हो भन्ने व्याख्यालाई बलियो समर्थन गर्छ।"

अर्थात्, एउटा लुकेको तारापुञ्ज- जुन हामीले अझ ठूलो दूरबिन बनाएकाले होइन, बरु ब्रह्माण्डीय तथ्याङ्कलाई अझ राम्रोसँग "विश्लेषण गर्ने" पद्धति विकास गरेकाले पत्ता लागेको थियो।

निक्सको शिक्षा केवल वैज्ञानिक होइन; यो रणनीतिक पनि छ। यो खोजका लागि कुनै गोप्य प्रविधि, अर्बौं डलरको वेधशाला वा हिमालको टाकुरामा रहेको विशाल दूरबिनसम्म प्रत्यक्ष पहुँच आवश्यक परेन। आवश्यक थियो- सार्वजनिक रूपमा उपलब्ध तथ्याङ्क, कम्प्युटेसनल उपकरण र सही प्रश्न सोध्न सक्ने अनुसन्धान क्षमता। आधुनिक खगोलशास्त्र क्रमशः यही दिशातर्फ अघि बढिरहेको छ- जहाँ नयाँ खोज केवल आकाश हेरेर होइन, पहिले नै अभिलेख गरिएका विशाल आँकडाहरूलाई बुद्धिमत्तापूर्वक विश्लेषण गरेर सम्भव भइरहेको छ।

सन् २०२५ मा हाम्रो अनुसन्धान टोलीले एआईमा आधारित तस्बिर विश्लेषण प्रविधिको प्रयोग गरेर एउटा दुर्लभ 'भगौडा' तारापुञ्जको खोज गर्‍यो। यो अनुसन्धानको नतिजा विश्वप्रसिद्ध खगोलशास्त्रीय जर्नल 'द एस्ट्रोफिजिकल जर्नल लेटर्स' मा प्रकाशित भयो। विशेष कुरा के थियो भने यसका लागि हामीले कुनै ठूलो वा विशेष दूरबिन प्रयोग गरेका थिएनौं। यो अनुसन्धान सार्वजनिक रूपमा उपलब्ध आकाशीय सर्वेक्षण आँकडाहरू र मेसिन लर्निङ उपकरणहरूको प्रयोगमा आधारित थियो। महत्त्वपूर्ण कुरा थियो- विशाल तथ्याङ्कलाई प्रशोधन गर्ने क्षमता, सूक्ष्म ढाँचाहरू पहिचान गर्ने दक्षता र त्यसलाई वैज्ञानिक रूपमा व्याख्या गर्ने योग्यता।

खुला तथ्याङ्कका अवसरहरू

नेपालसँग अर्बौं डलरका वेधशाला वा आफ्नै अन्तरिक्ष संस्था छैन। यहाँका विश्वविद्यालयहरू सीमित स्रोतसाधन र कमजोर अनुसन्धान पूर्वाधारसँग सङ्घर्ष गरिरहेका छन्। प्रतिभाशाली विद्यार्थीले अन्तर्राष्ट्रियस्तरको वैज्ञानिक बन्ने बाटोमा धेरै कठिनाइ पार गर्नुपर्छ- यस्ता कठिनाइ, जुन समृद्ध देशका विद्यार्थीले प्रायः भोग्नुपर्दैन। त्यसैले लामो समयसम्म समग्र नेपाली वैज्ञानिकहरूका अगाडि प्रायः दुईवटा मात्र विकल्प हुन्थे : आफ्नो सपना पूरा गर्न विदेश जानु वा पर्याप्त अवसर र सहयोग नभएको अवस्थामा सीमित दायरामै काम गरिरहनु।

आधुनिक खगोल अनुसन्धान अब क्रमशः सार्वजनिक रूपमा उपलब्ध विशाल तथ्याङ्कमा आधारित हुँदै गएको छ। यी तथ्याङ्कहरू विश्वभरका वैज्ञानिकहरूको अन्तर्राष्ट्रिय सहकार्यद्वारा सङ्कलन गरिन्छन् र खुला पहुँच अन्तर्गत सबैका लागि उपलब्ध गराइन्छन्। यसको अर्थ, आज काठमाडौंमा बसेको कुनै विद्यार्थी वा अनुसन्धानकर्ताले पनि नासा वा युरोपका प्रतिष्ठित अनुसन्धान संस्थाहरूले प्रयोग गर्ने तथ्याङ्कसँग काम गर्न सक्छ।

उदाहरणका लागि, युरोपेली अन्तरिक्ष निकायको 'गाया' उपग्रहले हालसम्म करिब दुई अर्ब ताराहरूको स्थिति, गति र चमकको विस्तृत जानकारी तयार गरेको छ र सार्वजनिक रूपमा उपलब्ध गराएको छ। त्यस्तै, 'जेम्स वेब टेलिस्कोप' ले प्रारम्भिक ब्रह्माण्डका यस्ता अद्भुत तस्बिरहरू सार्वजनिक गरिरहेको छ, जुन केही वर्षअघि कल्पना समेत गर्न कठिन थियो। यी तस्बिरहरूले ब्रह्माण्डको सुरुआती अवस्था, पहिलो तारापुञ्ज र तारा निर्माणका प्रक्रियाबारे नयाँ जानकारी दिइरहेका छन्।

अर्कोतर्फ, पूर्ण रूपमा सञ्चालनमा आएपछि 'भेरा रुबिन अब्जरभेटरी' ले प्रत्येक तीन रातमा सम्पूर्ण दक्षिणी आकाशको तस्बिर खिच्नेछ। यसले हरेक रात करिब १५ टेराबाइट तथ्याङ्क उत्पादन गर्ने अनुमान गरिएको छ। यो भनेको आधुनिक 'लार्ज ल्याङ्ग्वेज मोडेल' हरू जस्तै- 'च्याटजीपीटी' प्रशिक्षणमा प्रयोग गरिने सार्वजनिक पाठ्य सामग्रीको परिमाणसँग तुलना गर्न सकिने स्तरको तथ्याङ्क हो।

यति धेरै तथ्याङ्क कुनै एक अनुसन्धान टोलीले मात्रै पूर्ण रूपमा विश्लेषण गर्न सम्भव हुँदैन। यी तथ्याङ्कभित्र सुपरनोभा विस्फोट, क्षुद्रग्रह, परिवर्तनशील तारा, गुरुत्वीय लेन्स र अन्य क्षणिक खगोलीय घटनाहरूको विशाल जानकारी लुकेको हुनेछ।

महत्त्वपूर्ण कुरा के हो भने यी सबै तथ्याङ्क सङ्ग्रह अब केवल धनी देशका वैज्ञानिकहरूको पहुँचमा सीमित छैनन् र ती सबै सार्वजनिक रूपमा उपलब्ध हुनेछन्। कम्प्युटर, इन्टरनेट र आवश्यक ज्ञान भएको कुनै पनि अनुसन्धानकर्ताले यी तथ्याङ्क प्रयोग गरेर नयाँ खोज गर्न सक्छ। यही कारणले आजको खगोलशास्त्रमा सबैभन्दा मूल्यवान् वस्तु केवल ठूलो दूरबिन होइन, तथ्याङ्कलाई बुझ्ने क्षमता बन्दै गएको छ।

काठमाडौंमा बस्ने एउटा विद्यार्थीले, यदि ऊसँग सामान्य आधुनिक ल्यापटप, भरपर्दो इन्टरनेट र पाइथन तथा मेसिन लर्निङको उचित तालिम छ भने, आज विश्वकै अग्रपङ्क्तिको खगोलभौतिकीय अनुसन्धानमा अर्थपूर्ण योगदान दिन सक्छ।

ब्रह्माण्डदेखि विद्यालयसम्म : एआईको यात्रा

एआईले खगोल अनुसन्धानलाई कसरी परिवर्तन गरिरहेको छ भन्ने कुरा स्पष्ट रूपमा बुझ्न आवश्यक छ; किनकि नेपालले यस क्षेत्रमा योगदान दिन सक्छ भन्ने कुरा केवल कल्पना वा भावनात्मक आशामा आधारित होइन, वास्तविक र व्यावहारिक सम्भावनामा आधारित छ। आजको खगोलशास्त्रमा सबैभन्दा ठूलो चुनौती केवल आकाश हेर्नु होइन, बरु त्यसबाट आउने अकल्पनीय परिमाणको तथ्याङ्कलाई बुझ्नु हो। यहींनेर एआई उपकरण अत्यन्त उपयोगी बनेर उभिएको छ।

उदाहरणका लागि, तारापुञ्जहरूको वर्गीकरणलाई हेरौं। आधुनिक सर्वेक्षणहरूले करोडौं तारापुञ्जहरूका तस्बिर सङ्कलन गरिसकेका छन्। कुनै तारापुञ्ज चक्राकार छ, कुनै गोलाकार, कुनै विकृत छ भने केही आपसमा ठोक्किने प्रक्रियामा छन्। विगतमा यस्ता तस्बिरहरू वैज्ञानिकहरू वा स्वयंसेवकहरूले एक-एक गरेर हेरेर वर्गीकृत गर्थे। तर ब्रह्माण्ड यति विशाल छ कि यो काम मानव श्रमले मात्र पूरा गर्न सकिँदैन।

आज एआई उपकरणहरूले केही घण्टामै लाखौं आकाशगङ्गाका तस्बिर विश्लेषण गरेर तिनको प्रकार छुट्याउन सक्छन्। यसबाट वैज्ञानिकहरूले तारापुञ्जहरूका आकार, उमेर, वातावरण र तारा निर्माण प्रक्रिया बीचको सम्बन्ध अझ राम्रोसँग बुझिरहेका छन्। सबैभन्दा उत्साहजनक कुरा के हो भने यस्ता अनुसन्धानका लागि आवश्यक धेरै तथ्याङ्क सार्वजनिक रूपमा उपलब्ध छन्। त्यसैले नेपालका विद्यार्थी र अनुसन्धानकर्ताहरूले पनि आफ्नै कम्प्युटरबाट यस्ता परियोजनामा योगदान दिन सक्छन्।

अर्को रोचक उदाहरण गुरुत्वीय लेन्सको खोज हो। आइन्स्टाइनको 'सामान्य सापेक्षता सिद्धान्त' अनुसार अत्यन्त विशाल खगोलीय पिण्डहरूले प्रकाशको मार्गलाई मोड्न सक्छन्। परिणामस्वरूप टाढाको कुनै आकाशगङ्गाको प्रकाश आकाशमा घेरा वा चाप जस्तो देखिन सक्छ। यस्ता गुरुत्वीय लेन्सहरू वैज्ञानिकहरूका लागि प्राकृतिक दूरबिनसरह हुन्। तिनको प्रयोग गरेर 'डार्क म्याटर' को वितरण अध्ययन गर्न सकिन्छ र अत्यन्त टाढाको ब्रह्माण्डलाई अझ स्पष्ट रूपमा हेर्न सकिन्छ।

समस्या के हो भने यस्ता लेन्सहरू अत्यन्त दुर्लभ हुन्छन्। लाखौं तस्बिरहरू बीच लुकेका केही सय वा केही हजार उदाहरण मात्र भेटिन सक्छन्। एआईले यही कामलाई नाटकीय रूपमा सहज बनाएको छ। लाखौं तस्बिर स्क्यान गरेर सम्भावित गुरुत्वीय लेन्सहरू छिटो र भरपर्दो ढङ्गले पहिचान गर्न सक्ने प्रणालीहरू अहिले विकसित भइसकेका छन्। आगामी वर्षहरूमा नयाँ पुस्ताका दूरबिनहरूले अझ धेरै तथ्याङ्क उत्पादन गर्नेछन् र त्यसभित्र लुकेका हजारौं नयाँ गुरुत्वीय लेन्सहरूको खोजमा एआईको भूमिका झन् महत्त्वपूर्ण हुनेछ। यो त्यस्तो क्षेत्र हो, जहाँ राम्रो तालिम प्राप्त नेपाली अनुसन्धानकर्ताहरूले विश्वस्तरको योगदान दिन सक्छन्।

एआईको प्रयोग केवल आकाशगङ्गा वा गुरुत्वीय लेन्स खोज्नमा सीमित छैन। आज वैज्ञानिकहरूले सौर्यमण्डल बाहिरका ग्रहहरूको वायुमण्डल अध्ययन गर्न पनि एआई प्रयोग गरिरहेका छन्। जब कुनै ग्रह आफ्नो ताराको अगाडिबाट गुज्रिन्छ, त्यसबेला ग्रहको वायुमण्डलबाट छानेर आएको प्रकाशमा केही सूक्ष्म रासायनिक सङ्केतहरू देखिन्छन्। यी सङ्केतहरू

बाँकी पृष्ठ ३मा

एआईले.........

अत्यन्त कमजोर हुने भएकाले परम्परागत विश्लेषणबाट छुट्याउन गाह्रो हुन्छ। तर एआईमा आधारित विश्लेषण प्रविधिले विशाल तथ्याङ्कभित्रका यस्ता सूक्ष्म ढाँचाहरू पहिचान गर्न सक्छ। यसरी वैज्ञानिकहरूले कुनै ग्रहको वायुमण्डलमा पानीको वाष्प, मिथेन, कार्बन डाइअक्साइड वा बादलहरूको सम्भावित उपस्थितिबारे जानकारी प्राप्त गरिरहेका छन्।

आधार निर्माण : अवसरलाई उपलब्धिमा बदल्ने बाटो

अवसर आफैं परिणाममा रूपान्तरण हुँदैन। एआई र खगोलशास्त्रको नयाँ समीकरणले प्रदान गरेको सम्भावनालाई नेपालले वास्तविक उपलब्धिमा बदल्न चाहन्छ भने त्यसका लागि योजनाबद्ध संस्थागत र नीतिगत कदम आवश्यक छन्।

नेपालका प्रमुख विश्वविद्यालयहरूका भौतिकशास्त्र र गणित विभागहरूले कम्प्युटेसनल मेथड, डेटा विज्ञान र मेसिन लर्निङ सम्बन्धी विशेष पाठ्यक्रम समावेश गर्नुपर्छ, जसलाई शुरुदेखि नै वैज्ञानिक प्रयोगसँग जोडिएको हुनुपर्छ। खगोलभौतिकीलाई केवल सैद्धान्तिक विषयका रूपमा होइन, कम्प्युटेसनल विज्ञानका रूपमा पनि पढाइनुपर्छ- जहाँ विद्यार्थीले अध्ययनको पहिलो वर्षदेखि नै वास्तविक खगोलीय तथ्याङ्क विश्लेषण गर्ने कोड लेख्न शुरु गरून्। अन्तर्राष्ट्रिय विश्वविद्यालय र अनुसन्धान संस्थाहरूसँग सहकार्य कार्यक्रम स्थापना गर्नु पनि अत्यन्त आवश्यक छ। 'इन्टरनेसनल एस्ट्रोनोमिकल युनियन' को 'अफिस अफ एस्ट्रोनोमी फर डेभलपमेन्ट' जस्ता प्लेटफर्म मार्फत पाठ्यक्रम विकास, अनुसन्धान मार्गदर्शन र अन्तर्राष्ट्रिय सहकार्यलाई सुदृढ बनाउन सकिन्छ।

विश्वस्तरीय, भरपर्दो इन्टरनेट पहुँच विश्वविद्यालयहरूका लागि विलासिता होइन; विश्वव्यापी डेटा-आधारित विज्ञानमा सहभागी हुन आवश्यक आधार हो। मेसिन लर्निङमा आधारित अनुसन्धान सञ्चालन गर्न सक्ने साना 'कम्प्युटिङ क्लस्टर' हरू समेत अनुसन्धान क्षमता निर्माण गर्न चाहने संस्थाहरूका लागि प्राथमिक बजेट क्षेत्र हुनुपर्छ। आज धेरै अन्तर्राष्ट्रिय वैज्ञानिक सहकार्यहरूले न्यून आय भएका देशका अनुसन्धानकर्ताहरूलाई 'क्लाउड कम्प्युटिङ' पहुँच उपलब्ध गराउन थालेका छन्। यस्ता साझेदारीहरूले कम लागतमा स्थानीय पूर्वाधारलाई सशक्त बनाउन सक्छन्।

आजसम्म नेपालका प्रतिभाशाली विद्यार्थीको ठूलो हिस्सा आफ्नो वैज्ञानिक भविष्य विदेशमै खोज्न बाध्य भएको छ। यो प्रतिभा पलायन केवल तलबको अन्तरका कारण होइन; यसको मुख्य कारण नेपालमा "गम्भीर विज्ञान सम्भव छैन" भन्ने गहिरो मानसिकता हो। यदि नेपाली अनुसन्धानकर्ताले नेपालभित्रै बसेर अन्तर्राष्ट्रियस्तरका अनुसन्धान प्रकाशित गर्न थाले भने त्यो धारणालाई क्रमशः बदल्न सकिन्छ। केही मात्र भए पनि विश्वस्तरीय अनुसन्धान उपलब्धिहरूले ठूलो मनोवैज्ञानिक प्रभाव पार्न सक्छन्।

खगोलशास्त्र कम्प्युटेसनल विधिको उत्कृष्ट प्रयोगशाला पनि हो। आधुनिक खगोलशास्त्रीहरू केवल दूरबिन चलाउने वैज्ञानिक मात्र होइनन्; उनीहरू विशाल तथ्याङ्क विश्लेषण गर्ने, जटिल सफ्टवेयर निर्माण गर्ने, कृत्रिम बुद्धिमत्ता मोडेल प्रशिक्षण गर्ने र 'हाई-पर्फर्मेन्स कम्प्युटिङ' प्रयोग गर्ने प्राविधिक विशेषज्ञ पनि हुन्। यसरी तयार भएका जनशक्तिले केवल खगोल अनुसन्धान क्षेत्रमा मात्र होइन; सफ्टवेयर उद्योग, स्वास्थ्य सेवा, कृषि प्रविधि, वित्तीय विश्लेषण र डेटा विज्ञानका अन्य क्षेत्रमा समेत उच्च मूल्यका रोजगारी निर्माण गर्न सक्छन्।

उदाहरणका लागि, कुनै खगोलीय सर्वेक्षणबाट प्राप्त लाखौं तस्बिरहरूमा तारापुञ्ज वा सुपरनोभा पहिचान गर्न बनाइएको सफ्टवेयर प्रणाली विकास गर्ने प्राविधिकले त्यही सीप प्रयोग गरेर अस्पतालका 'मेडिकल इमेज' हरूमा क्यान्सरका सङ्केत पहिचान गर्ने प्रणाली, बैङ्किङ क्षेत्रमा धोखाधडी पत्ता लगाउने एल्गोरिदम वा कृषि क्षेत्रमा बालीको स्वास्थ्य निगरानी गर्ने प्लेटफर्म निर्माण गर्न सक्छ। खगोलशास्त्रका लागि विकसित एआई उपकरणहरू अन्य क्षेत्रमा पनि उपयोगी हुन्छन्। आकाशका तस्बिरहरूमा अत्यन्त कमजोर सङ्केत पहिचान गर्न प्रशिक्षित कम्प्युटर भिजन प्रणालीहरू उपग्रह चित्र विश्लेषणमा प्रयोग गर्न सकिन्छ; जसले खेतबारीको अवस्था निगरानी गर्न, बाढी र पहिरोको पूर्वसूचना दिन, हिमताल फुट्ने जोखिम मूल्याङ्कन गर्न र वनविनाश अनुगमन गर्न मद्दत गर्छ। त्यसैगरी, ताराहरू वा तारापुञ्जहरू वर्गीकरण गर्न सिकाइएका एआई मोडेलहरूले एक्स-रे, एमआरआई वा सीटी-स्क्यान जस्ता चिकित्सकीय तस्बिरहरूमा रोगका प्रारम्भिक सङ्केत पहिचान गर्न पनि सहयोग गर्न सक्छन्।

खगोलशास्त्रबाट विकसित प्रविधिले समाजलाई फाइदा पुर्‍याएको यो पहिलो उदाहरण भने होइन। आज स्मार्टफोनदेखि डिजिटल क्यामेरासम्म प्रयोग हुने सीसीडी सेन्सरको प्रारम्भिक विकास र परीक्षणमा खगोलशास्त्रीहरूको ठूलो भूमिका थियो। अत्यन्त कमजोर आकाशीय प्रकाश सङ्कलन गर्न विकसित गरिएको यही प्रविधि पछि चिकित्सा इमेजिङ, औद्योगिक निरीक्षण, उपग्रह प्रणाली तथा दैनिक उपभोगका डिजिटल क्यामेराहरूमा व्यापक रूपमा प्रयोग हुन थाल्यो। अर्थात्, ब्रह्माण्ड बुझ्न गरिएको अनुसन्धानले अन्ततः पृथ्वीमा नयाँ प्रविधि र उद्योगहरू जन्माउन पनि सक्छ।

त्यसैले खगोलशास्त्रमा गरिएको एउटा लगानीले केवल ब्रह्माण्डबारे ज्ञान बढाउने मात्र होइन; यसले कृषि, स्वास्थ्य, वातावरणीय व्यवस्थापन, विपद् जोखिम न्यूनीकरण र डिजिटल अर्थतन्त्रका लागि आवश्यक प्राविधिक सीप र प्रविधि विकास गर्ने आधार समेत तयार गर्छ। यही कारणले विकसित देशहरूले खगोलशास्त्रलाई खर्चिलो विलासिता नभई दीर्घकालीन नवप्रवर्तन र ज्ञानमा आधारित अर्थतन्त्रको इन्जिनका रूपमा हेर्ने गरेका छन्।

अन्त्यमा

एआई कुनै जादुई समाधान होइन र वैज्ञानिक क्षमता निर्माणमा नेपालले सामना गरिरहेका चुनौती वास्तविक तथा संरचनागत छन्। तर खुला तथ्याङ्क र मेसिन लर्निङ मार्फत खगोल अनुसन्धानको लोकतन्त्रीकरण विज्ञानको इतिहासमै वैज्ञानिक पहुँचको सबैभन्दा वास्तविक विस्तारमध्ये एक हो। काठमाडौंमा बसेको कुनै अनुसन्धानकर्ताले विश्वस्तरको खोजमा योगदान दिन नसक्ने जो बाधाहरू पहिले थिए, ती आज इतिहासकै सबैभन्दा कम भएका छन्। ती पूर्ण रूपमा हटेका छैनन्- तर यदि इच्छाशक्ति र लगानी छ भने ती पार गर्न सकिने स्तरसम्म झरेका छन्।

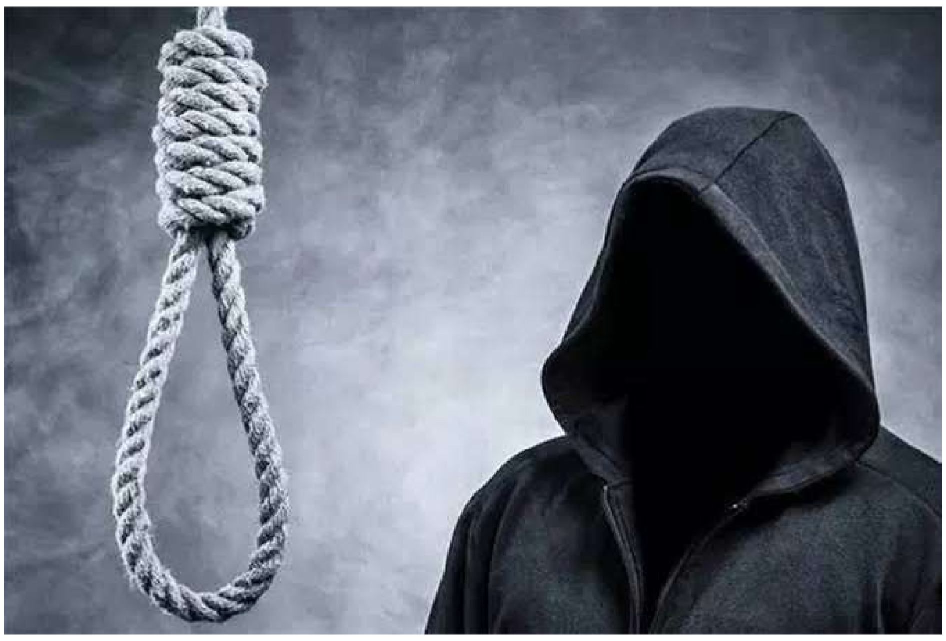
अब त्यसलाई उपयोग गर्ने समय आएको छ।

(पौडेल नेपाल एस्ट्रोनोमिकल सोसाइटी (नासो), काठमाडौंका वैज्ञानिक सल्लाहकार समिति सदस्य तथा दक्षिण कोरियाको सियोलस्थित योन्सेई विश्वविद्यालयका प्राध्यापक हुन्।)

आत्महत्याः बाहिर सामान्य, भित्र तुफान !

आत्महत्याको जोखिम मानसिक रोगमा मात्र सीमित छैन; तनाव, हिंसा, आर्थिक संकट, सामाजिक बहिष्कार र एक्लोपनले पनि जोखिम बढाउन सक्छ–पीडामा रहेको व्यक्तिलाई दोष होइन, साथ र सहयोग आवश्यक

- अनिता बुढाथोकी



मानसिक स्वास्थ्यका विषयमा भन्दा शारीरिक स्वास्थ्यका विषयमा कुरा गर्न हामीलाई अझै सजिलो लाग्छ। शरीरको पीडा देखिन्छ, तर मनभित्र चलेको आँधी कसैले देख्दैन।

सबैको सोच, भावना, विचार र सहने क्षमता एउटै हुँदैन। त्यसैले शारीरिक स्वास्थ्यजत्तिकै मानसिक स्वास्थ्यलाई पनि महत्त्व दिन आवश्यक छ।

रुघाखोकी, ज्वरो, झाडापखाला आदि भएमा हामी सहजै भन्छौं- 'अस्पताल जाऊ।' तर कसैले 'म थाकें', 'मर्न मन लाग्यो', 'यो संसार मेरो लागि होइन' भन्यो भने हामीमध्ये धेरैले 'यस्तो नसोच', 'चुप लाग' भनेर उसको कुरा रोकिदिन्छौं। तर यस्ता अभिव्यक्तिलाई बेवास्ता गर्दा समस्या झन् गम्भीर बन्न सक्छ।

पछिल्लो समय यस्ता विषय खुल्दै आएका छन्। लुकाउने वा चुपचाप बस्नेभन्दा खुलेर कुरा गर्ने, बुझ्ने र सहयोग गर्ने संस्कृतितर्फ परिवर्तन देखिन थालेको छ। मानसिक स्वास्थ्यसम्बन्धी सचेतनाका प्रयास पनि अघि बढिरहेका छन्।

आत्महत्या मानसिक रोग भएकाको मात्र समस्या होइन

आत्महत्या मानसिक रोग भएका व्यक्तिको मात्र समस्या होइन। यसलाई रोकथाम गर्न पनि सकिन्छ। अहिलेको भागदौडपूर्ण जीवनशैली, बढ्दो तनाव र एकअर्कालाई सुन्ने समयको कमी पनि जोखिम बढाउने कारक बन्न सक्छन्। कसैलाई आफ्नो कुरा सुन्ने फुर्सद छैन, बरु आफ्नो तर्क दिन हतार छ।

यसको जटिलता धेरै आयाममा फैलिएको हुन्छ। सम्बन्धमा आएको खटपट, संकट, हिंसा, आर्थिक समस्या, सामाजिक समस्या, हानि-नोक्सानी, सामाजिक हेपाइ, बहिष्कार, भेदभावलगायत विभिन्न परिस्थितिले आत्महत्याको जोखिम बढाउन सक्छन्।

बाहिरबाट हेर्दा सामान्य देखिने व्यक्ति पनि भित्र गम्भीर पीडामा हुन सक्छ। उसले आफू परिवारका लागि बोझ बनेको महसुस गरिरहेको हुन सक्छ, संसार अँध्यारो देखिरहेको हुन सक्छ र आत्महत्याको उपाय वा अवसरबारे सोचिरहेको हुन सक्छ। तर त्यही व्यक्तिले "मलाई केही भएको छैन" पनि भन्न सक्छ।

त्यसैले उसको भनाइलाई हल्का रूपमा लिनु हुँदैन। जोखिम देखिएमा सम्बन्धित व्यक्ति वा सेवासँग जोड्नु र उसको ज्यान जोगाउन सहयोग गर्नु हामी सबैको जिम्मेवारी हो।

त्यो क्षणमा सबै कुरा अँध्यारो देखिन सक्छ

आत्महत्याको सोच आउने समयमा व्यक्तिले आफ्ना प्रियजन, परिवार र आफूले पाएको मायालाई समेत क्षणभरका लागि बिर्सिएजस्तो महसुस गर्न सक्छ। त्यो बेला समाधानभन्दा समस्या मात्र ठूलो देखिन सक्छ।

पूर्णिमाको उज्यालो रात पनि औंसीको कालो रातजस्तो लाग्न सक्छ। 'म मेरो परिवारको खम्बा हुँ' भन्ने सोचभन्दा 'म परिवारका लागि बोझ बनें' भन्ने नकारात्मक सोच हावी हुन सक्छ। जति धेरै नकारात्मक सोच र ऊर्जा बढ्दै जान्छ, अवस्था त्यति नै जटिल बन्न सक्छ र व्यक्तिले मृत्यु नै अन्तिम समाधानजस्तो देख्न सक्छ।

त्यसैले प्रश्न उठ्छ- व्यवहारमा परिवर्तन आएको छ कि छैन?

सल्लाह दिनुभन्दा पहिले सुनौं

सल्लाह दिनु ठूलो कुरा होइन, केवल सुनिदिनु पनि ठूलो सहयोग हुन सक्छ।

विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्युएचओ)ले आत्महत्यालाई बहुआयामिक जनस्वास्थ्य समस्या मानेको छ। यसमा व्यक्तिगत तथा मानसिक अवस्था, सामाजिक परिवेश, वातावरणलगायत विभिन्न पक्षको सम्बन्ध हुन्छ। सन् २०२१ मा विश्वभर करिब ७ लाख २७ हजार मानिसको मृत्यु आत्महत्याका कारण भएको डब्ल्युएओको तथ्यांक छ। आत्महत्या विशेषगरी न्यून तथा निम्न-मध्यम आय भएका देशहरूमा ठूलो समस्या बनेको छ र १५-२९ वर्ष उमेर समूहमा मृत्युको प्रमुख कारणमध्ये एक हो।

नेपालको सन्दर्भमा पनि आत्महत्या गम्भीर जनस्वास्थ्यको विषय हो। यद्यपि आत्महत्यासम्बन्धी तथ्यांक पूर्ण रूपमा रिपोर्ट नहुने सम्भावनाका कारण वास्तविक अवस्था अझ फरक हुन सक्छ।

'मलाई बाँच्न मन छैन' भने के गर्ने?

यदि कसैले 'मलाई बाँच्न मन छैन' भन्यो भने उसलाई चुप गराउने होइन, सुनिदिनुपर्छ।

दोष लगाउनेभन्दा, 'तिमी अहिले गाह्रो अवस्थामा छौ जस्तो लाग्छ। म तिम्रो कुरा सुन्न चाहन्छु।'

भन्न सकिन्छ।

उसले कुरा गरिरहेको बेला बीचमै काट्नु हुँदैन। जोखिम देखिएमा उसलाई एक्लै छोड्नु हुँदैन र परिवार, विश्वासिलो व्यक्ति वा मानसिक स्वास्थ्य सेवासँग जोड्नुपर्छ।

तर यहाँ एउटा महत्त्वपूर्ण कुरा छ- आत्महत्याको जोखिममा रहेको व्यक्तिसँग संवाद गर्दा प्रश्न गर्ने शैली र भाषा संवेदनशील हुनुपर्छ। असंवेदनशील, दोषारोपण गर्ने वा दबाब दिने संवादले उसको पीडा थप बढाउन सक्छ। त्यसैले संवाद सुरक्षित, सहानुभूतिपूर्ण र गैर-आलोचनात्मक हुनुपर्छ।

रोकथाम सबैको जिम्मेवारी

आत्महत्या रोकथाम मानसिक स्वास्थ्यका चिकित्सक वा मनोवैज्ञानिकको मात्र जिम्मेवारी होइन।

घरपरिवार, विद्यालयका शिक्षक, स्वास्थ्यकर्मी, सहकर्मी र समुदाय, सबैको भूमिका उत्तिकै महत्त्वपूर्ण हुन्छ। यसका लागि बहुपक्षीय सहयोग आवश्यक हुन्छ।

आत्महत्याको कुरा गर्नु हुँदैन भन्ने धारणा गलत हो। बरु सुरक्षित र जिम्मेवार ढंगले यसबारे जनचेतना फैलाउनु आवश्यक छ।

आत्महत्याको जोखिम घटाउन संकटका समयमा पहुँच हुने घातक साधनमा नियन्त्रण गर्नु पनि प्रभावकारी सार्वजनिक स्वास्थ्य उपायमध्ये एक मानिन्छ। उदाहरणका रूपमा, अत्यधिक विषालु कीटनाशकमा प्रतिबन्ध वा नियन्त्रण लागू गरिएका स्थानमा आत्महत्याको दर घटेको प्रमाण भेटिएको छ।

हामीले आफ्नो भाषा पनि परिवर्तन गर्नुपर्छ

आत्महत्याको प्रयास वा जोखिममा रहेको व्यक्तिलाई दोष दिने, "कठोर" वा "कमजोर" भनेर मूल्यांकन गर्ने तथा परिवारलाई दोषी देखाउने भाषाले समस्या झन् जटिल बनाउन सक्छ।

बरु, 'ऊ गम्भीर पीडामा रहेछ, उसलाई सहयोग आवश्यक रहेछ' भन्ने दृष्टिकोण विकास गर्नुपर्छ। यसलाई चेन्जिङ द न्यारेटिभ अर्थात् कथ्य वा दृष्टिकोण परिवर्तनका रूपमा बुझ्न सकिन्छ।

दोष दिने, अन्धविश्वास गर्ने वा कलंकित गर्नेभन्दा बुझ्ने र सहयोगको हात अगाडि बढाउने वातावरण बनाउनुपर्छ। उपचारपछि पनि व्यक्ति ठीक भयो भनेर मात्र छोड्नु हुँदैन। उसको अवस्था, व्यवहार र आवश्यक सहयोगबारे निरन्तर ध्यान दिनुपर्छ।

'अब त ठीक भइसक्यो' भन्ने भ्रम

आत्महत्याको प्रयासपछि उपचार पाएपछि व्यक्ति पूर्ण रूपमा सुरक्षित भइसकेको हुन्छ भन्ने सोच राख्नु उचित हुँदैन। पुनः जोखिम हुन सक्ने भएकाले आवश्यक निगरानी, निरन्तर सहयोग र मानसिक स्वास्थ्य सेवासँगको सम्बन्ध महत्त्वपूर्ण हुन्छ।

सानो-सानो कुरामै जीवन अड्किएको हुन सक्छ। कसैलाई बचाउन सधैं ठूलो काम नै गर्नुपर्छ भन्ने छैन।

कहिलेकाहीं एउटा राम्रो संवाद नै जीवन र मृत्युबीचको पुल बन्न सक्छ। त्यसैले कसैले "म थाकें", "मलाई बाँच्न मन छैन" वा यस्तै गम्भीर कुरा सुनायो भने त्यसलाई बेवास्ता नगरौं।

चुप नलगाऔं, सुनौं। दोष नदिऔं, बुझौं। एक्लो नछोडौं, सहयोगसँग जोडौं।

आत्महत्या रोकथाम दिवसले हामीलाई यही कुरा सम्झाउँछ- मानसिक पीडा देखिँदैन भन्दै त्यसलाई कम नआँकौं।

(नर्सिङ अधिकृत अनिता बुढाथोकी मास्टर इन काउन्सिल साइकोलोजी हुन)

विहानको सुरुवात ताजा समाचारसँगै । विहान-विहानै देश-दुनियाँका ताजा, विश्वसनीय र विश्लेषणात्मक समाचार पढ्नुस् –तपाईंको आफ्नै पत्रिका । साथै जहाँ पत्रिका उपलब्ध छैन त्यहाँका लागि-
Website www.esamachardainik.com
राष्ट्रिय दैनिक समाचार दैनिक जनकपुर

समाचार | जि.प्र.का.ध.द.नं. २३८/०७४/७५
जि.हु.का.ध.द.नं. २१९/०७४/७५ | २०८३ भदौ २९ गते सोमवार [14 Sep. 2026] | समाचार दैनिक जनकपुर

ब्रिक्समा आर्थिक विकासदेखि विश्वव्यापी द्वन्द्वसम्म छलफल

व्यापार, ऊर्जा सुरक्षा र अन्तर्राष्ट्रिय सहकार्यमा जोड; मोदी-सी भेटवार्तामा सम्बन्ध सुधार र सीमा विवाद समाधानमा छलफल

नयाँ दिल्ली,२८ भदौ । चीन, रुस, भारतसहित ब्रिक्स सदस्य राष्ट्रका नेताहरूले आइतबार भारतको राजधानी नयाँ दिल्लीमा सम्मेलनको दोस्रो दिन विश्वव्यापी आर्थिक विकास, व्यापार, ऊर्जा सुरक्षा र अन्तर्राष्ट्रिय सहकार्यलगायतका विषयमा छलफल गरेका छन्। भारतीय प्रधानमन्त्री नरेन्द्र मोदीले ब्रिक्स सदस्य राष्ट्रबीच आपसी सहकार्यलाई थप बलियो बनाउनुपर्नेमा जोड दिनुभएको छ। उहाँले ब्रिक्स विश्व जनसंख्याको ठूलो हिस्सा र विश्व अर्थतन्त्रको महत्वपूर्ण भाग प्रतिनिधित्व गर्ने समूह भएको बताउनुभयो।

मोदीका अनुसार ब्रिक्स राष्ट्रले विश्वको करिब ५० प्रतिशत जनसंख्या, ४० प्रतिशत कुल गार्हस्थ्य उत्पादन (जीडीपी) र २५ प्रतिशतभन्दा बढी विश्व व्यापार प्रतिनिधित्व गर्छन्। सम्मेलनमा चिनियाँ राष्ट्रपति सी जिनपिङ, रुसी राष्ट्रपति भ्लादिमिर पुटिन, इरानी राष्ट्रपति मसुद पेजेस्कियानलगायत नेताहरू सहभागी हुनुहुन्छ।

समावेशी आर्थिक विकासमा जोड

मोदीले ब्रिक्सको मुख्य शक्ति सदस्य राष्ट्रबीचको विविधता र सहकार्यमा रहेको बताउनुभयो। फरक राजनीतिक, आर्थिक तथा सामाजिक अवस्था भएका देश भए पनि साझा सहकार्यबाट सबैले लाभ लिन सक्ने उहाँको भनाइ थियो।

विश्व आर्थिक विकास केही देश वा क्षेत्रमा मात्र सीमित नभई सबै देश र जनतासम्म पुग्नुपर्नेमा उहाँले जोड दिनुभयो।

ब्रिक्स सन् २००९ मा स्थापना भएको समूह हो। सुरुमा ब्राजिल, रुस, भारत र चीन सदस्य रहेकामा पछि दक्षिण अफ्रिका थपिएको थियो। पछिल्लो विस्तारसँगै इरान, संयुक्त अरब इमिरेट्सलगायत देश पनि समूहमा जोडिएका छन्।

ब्रिक्सले विकासशील तथा उदीयमान अर्थतन्त्र भएका देशहरूको अन्तर्राष्ट्रिय मञ्चमा आवाज बलियो बनाउने उद्देश्यसहित व्यापार, ऊर्जा, वित्तीय सहकार्य तथा अन्तर्राष्ट्रिय राजनीतिक विषयमा साझा धारणा निर्माण गर्दै आएको छ।

मध्यपूर्वको तनावप्रति चिन्ता

सम्मेलनको पहिलो दिन मध्यपूर्वमा बढिरहेको द्वन्द्व र तनाव प्रमुख विषय बनेको थियो। ब्रिक्सका विदेशमन्त्रीहरू यसअघि मे महिनामा नयाँ दिल्लीमा संयुक्त वक्तव्य जारी गर्न असफल भएका थिए। मध्यपूर्वको युद्धबारे सदस्य राष्ट्रहरूको धारणा फरक भएपछि सहमति बन्न सकेको थिएन।

यसपटक भने लामो कूटनीतिक प्रयासपछि ब्रिक्स नेताहरूले मध्यपूर्वको अवस्थाबारे संयुक्त धारणा सार्वजनिक गरेका छन्। संयुक्त वक्तव्यमा मध्यपूर्व तथा पश्चिम एसियामा बढ्दो तनावप्रति गम्भीर चिन्ता व्यक्त गर्दै सम्बन्धित सबै पक्षलाई अधिकतम संयमता अपनाउन आग्रह गरिएको छ।

भारतले इरान र अमेरिकाको सहयोगी इजरायल दुवैसँग सम्बन्ध कायम राख्दै आएको छ। त्यसैले नयाँ दिल्लीले मध्यपूर्वको विषयमा सन्तुलित कूटनीतिक नीति अपनाउँदै आएको छ।

रुससँग भारतको ऊर्जा सहकार्य

मध्यपूर्वमा द्वन्द्व बढ्दा विश्वव्यापी ऊर्जा आपूर्तिमा समेत असर पर्न सक्ने चिन्ता बढेको छ। यस्तो अवस्थामा भारतले रुससँगको ऊर्जा सहकार्यलाई निरन्तरता दिएको छ।

युक्रेन युद्धका कारण रुसमाथि अमेरिका तथा अन्य पश्चिमी देशहरूले दबाब र प्रतिबन्ध लगाए पनि भारतले आफ्नो ऊर्जा आवश्यकता पूरा गर्न रुसबाट तेललगायत ऊर्जा स्रोत खरिद गर्दै आएको छ। भारतले यसलाई राष्ट्रिय हित र ऊर्जा सुरक्षासँग जोड्दै स्वतन्त्र विदेश नीतिको हिस्सा बताउँदै आएको छ।

सीको भारत भ्रमणलाई महत्व

ब्रिक्स सम्मेलनका क्रममा चिनियाँ राष्ट्रपति सी जिनपिङ र भारतीय प्रधानमन्त्री नरेन्द्र मोदीबीच भएको भेटवार्तालाई पनि विशेष महत्वका साथ हेरिएको छ। सन् २०१९ पछि सीको यो पहिलो भारत भ्रमण भएको बताइएको छ।

चीन र भारतबीच लामो समयदेखि सीमा विवाद तथा रणनीतिक प्रतिस्पर्धा रहँदै आएको अवस्थामा सीको भ्रमणलाई दुई देशबीचको सम्बन्ध सुधारतर्फको महत्वपूर्ण कदमका रूपमा हेरिएको छ।

मोदीसँगको भेटमा सीले चीन र भारतबीच धेरै विषयमा फरक धारणा भए पनि दुवै देशले एकअर्काको क्षमता र अनुभवबाट लाभ लिन सक्ने बताउनुभयो। उहाँले दुई देशले आपसी सहयोग बढाउँदै साझा विकासतर्फ अघि बढ्नुपर्ने धारणा राख्नुभयो।

सीमा विवाद अझै चुनौती

चीन र भारतबीचको मुख्य विवादमध्ये सीमा विवाद प्रमुख हो। दुवै देशबीच करिब तीन हजार पाँच सय किलोमिटर लामो उच्च हिमाली सीमा रहेको छ। सन् २०२० मा विवादित सीमाक्षेत्रमा चिनियाँ र भारतीय सैनिकबीच भएको हिंसात्मक झडपपछि दुई देशबीचको सम्बन्ध थप तनावपूर्ण बनेको थियो। त्यसयता दुवै पक्षले सीमाक्षेत्रमा ठूलो संख्यामा सैनिक तथा सैन्य उपकरण तैनाथ गरेका छन्।

यद्यपि पछिल्लो समय दुवै देशले सम्बन्ध सुधारका लागि विभिन्न कदम चालेका छन्। हवाई उडान, भिसा सेवा तथा उच्चस्तरीय भेटघाट पुनः बढ्न थालेका छन्। भारतीय विदेश मन्त्रालयका अनुसार मोदी र सीले सीमा विवादको निष्पक्ष, उचित तथा दुवै पक्षलाई स्वीकार्य समाधान खोज्ने प्रतिबद्धता व्यक्त गरेका छन्।

व्यापार घाटा र रणनीतिक प्रतिस्पर्धा

सम्बन्ध सुधारको प्रयास भइरहे पनि चीन र भारतबीच अझै ठूलो अविश्वास कायम छ। भारतले चीनसँग ठूलो व्यापार घाटा व्यहोर्दै आएको छ। साथै, एसियामा दुवै देशको बढ्दो आर्थिक तथा रणनीतिक प्रभावका कारण प्रतिस्पर्धा पनि तीव्र छ।

सीले दुई देशले उच्चस्तरीय वित्तीय सहकार्य बढाउन, समान तथा दिगो विश्व व्यवस्था निर्माण गर्न तथा खुला एवं समावेशी विश्व अर्थतन्त्रलाई अघि बढाउनुपर्ने बताउनुभयो।

विश्व राजनीतिमा बढ्दो प्रभाव

नयाँ दिल्लीमा जारी सम्मेलनले ब्रिक्स आर्थिक सहकार्यको समूहमा मात्र सीमित नरही विश्व राजनीति र अन्तर्राष्ट्रिय व्यवस्थामा प्रभाव पार्ने महत्वपूर्ण मञ्चका रूपमा अघि बढिरहेको संकेत गरेको छ।

मध्यपूर्वको द्वन्द्व, रुस-युक्रेन युद्ध, ऊर्जा सुरक्षा, व्यापार अस्थिरता र विश्व अर्थतन्त्रजस्ता विषयमा ब्रिक्स राष्ट्रहरूले आफ्नो साझा प्रभाव बढाउने प्रयास गरिरहेका छन्।

भारतले सम्मेलनको नेतृत्व गर्दै विकासशील देशहरूको आवाज बलियो बनाउन तथा विश्व अर्थतन्त्रलाई थप समावेशी बनाउन ब्रिक्सले महत्वपूर्ण भूमिका खेल्नुपर्नेमा जोड दिएको छ। सम्मेलनमा आर्थिक सहकार्यसँगै विश्वव्यापी द्वन्द्व, ऊर्जा सुरक्षा, व्यापार र चीन-भारत सम्बन्ध मुख्य विषयका रूपमा देखिएका छन्। रासस/एएफपी

विद्यार्थीका सुझाव समेटेर शिक्षा प्रणाली सुधारिने

शिक्षामन्त्री पोखरेलद्वारा सप्तरीका विद्यालयमा प्रत्यक्ष सुझाव संकलन; पाठ्यक्रममा व्यवहारिक र जीवनोपयोगी विषय समेट्न विद्यार्थीको आग्रह

दैनिक समाचारदाता

राजविराज, २८ भदौ । नेपाल सरकारका प्रवक्ता तथा शिक्षा तथा खेलकुदमन्त्री सस्मित पोखरेलले विद्यार्थी, शिक्षक र अभिभावकका सुझाव तथा गुनासोलाई समेटेर मुलुकको शिक्षा प्रणाली र पाठ्यक्रममा आवश्यक सुधार गरिने बताउनुभएको छ ।

शिक्षा तथा खेलकुद क्षेत्रको अवस्था बुझ्न आइतबार सप्तरीका विभिन्न विद्यालय पुग्नुभएका मन्त्री पोखरेलले विद्यार्थी, शिक्षक तथा विद्यालयका समस्याबारे प्रत्यक्ष जानकारी लिनुका साथै पाठ्यक्रम, अध्ययन-अध्यापन, आवश्यक सीप र शैक्षिक वातावरणबारे सुझाव संकलन गर्नुभएको हो ।

विद्यार्थीहरूले विद्यालयमा हुने राजनीतिक हस्तक्षेप अन्त्य गर्नुपर्ने, पाठ्यक्रमलाई व्यवहारिक र जीवनोपयोगी बनाउनुपर्ने तथा अध्ययनसँगै सीप विकासमा जोड दिनुपर्ने सुझाव दिएका थिए । उनीहरूले विद्यालयको भौतिक पूर्वाधार र प्रविधिगत अवस्थासमेत सुधार गर्नुपर्ने माग गरेका थिए ।

मन्त्री पोखरेलले काठमाडौंमा बन्द कोठाभित्र बसेर मात्र पाठ्यक्रम निर्माण गर्ने अभ्यासलाई निरुत्साहित गर्दै विद्यार्थी, शिक्षक, अभिभावक तथा अन्य सरोकारवालाको सुझावका आधारमा पाठ्यक्रम निर्माण तथा परिमार्जन गरिने बताउनुभयो ।

"विद्यार्थी भाइबहिनीले दिएका सुझाव र गुनासो अत्यन्तै मार्मिक छन्," उहाँले भन्नुभयो, "उहाँहरूले दिएका सुझावलाई सम्बोधन गर्दै अहिलेको पाठ्यक्रममा आवश्यक परिवर्तन गरी नयाँ पाठ्यक्रम निर्माण गर्ने दिशामा अघि बढ्छौँ ।"

उहाँले शिक्षा क्षेत्रका समस्या पहिचान गरी समाधान गर्न शिक्षक, विद्यार्थी र अभिभावकसँग समन्वय आवश्यक रहेको बताउँदै मधेश प्रदेश सरकारसँग सहकार्य गरेर शिक्षा तथा खेलकुद क्षेत्रको सुधारमा काम गर्नुपर्नेमा जोड दिनुभयो ।

मन्त्री पोखरेलले सप्तरीको तिलाठीस्थित राष्ट्रिय प्राथमिक विद्यालयको अनुगमन गरी विद्यालयको शैक्षिक अवस्था, विद्यार्थी तथा शिक्षकका समस्या र आवश्यकताबारे जानकारी लिनुभयो । सो क्रममा उहाँले विद्यार्थीबाट पाठ्यक्रम निर्माण तथा सुधारसम्बन्धी सुझावसमेत संकलन गर्नुभयो ।

त्यसैगरी बोदेबर्साइन नगरपालिका-३ स्थित श्री इश्वरी हिया सुरैत जिलेवी जनता माध्यमिक विद्यालय, सारस्वरमा पनि विद्यार्थीबाट पाठ्यक्रम तथा शिक्षा सुधारसम्बन्धी सुझाव लिइएको थियो ।

आशय पत्र आह्वान गरिएको सूचना

(प्रथम पटक प्रकाशित मिती २०८३/०५/२८)

प्लान इन्टरनेशनल नेपालको सहयोगमा सामुदायिक परिवार कल्याण संघ (CFWA) धनुषा द्वारा संचालित सशक्त बालिका परियोजना (GSS) र बाल प्रत्याभुत व्यवस्थापन (Child Sponsorship Management) परियोजना धनुषा जिल्लाको विभिन्न ५ वटा स्थानिय तहमा सचांलनमा रहेको छ ।
यस परियोजना संग सम्बन्धित किशोर कशोरीहरू तथा युवाहरुको लागि 'युवा संजालको संस्थागत क्षमता अभिवृद्धि तालिम (Youth Networks institutional capacity building trainings)' सञ्चालन गर्न आवश्यक रहेको हुदा योग्य तथा अनुभवी प्रशिक्षक, सेवा प्रदायक संस्था तथा परामर्शदाता बाट सेवा खरिद गर्न यो सूचना प्रकाशन गरिएको छ । साथै उल्लेखित कार्य सम्पादन गर्न इच्छुक व्यक्ति तथा फर्महरुबाट आजको मितिले ७ (सात) दिन भित्र यस संस्थाको ठेगानामा आशय पत्र पेश गर्न अह्वान गरिन्छ ।

क्र.सं.	सेवाको विवरण	कैफियत
१.	युवा संजालको संस्थागत क्षमता अभिवृद्धि तालिम (Youth Networks institutional capacity building trainings) संचालन	३ दिनको हिसावले २ स्थानमा

शर्तहरू

१. आशाय पत्र पेश गर्ने व्यक्ति तथा फर्महरुबाट सूचना प्रकाशन भएको मतिले ७ (सात) दिन भित्र यस संस्थाको कार्यालयमा मिति २०८३ असोज ३ गते कार्यालय समय ५:०० बजे भित्र आशय पत्र पेश गर्नु पर्ने छ ।
२. **आवश्यक योग्यता तथा अनुभव:**
व्यत्तिगत परामर्शदाताको हकमा (Qualifications Experience for Individual consultant):
शैक्षिक योग्यता : सामाजिक विज्ञान (Sociology), सामाजिक कार्य (Social Work), विकास अध्ययन (Development Studies), सार्वजनिक प्रशासन (Public Administration) वा सोसरहको विषयमा कम्तीमा स्नातक (Bachelor's Degree) उत्तीर्ण भएको (स्नातकोत्तर तहलाई प्राथमिकता दिइनेछ साथै वायो डाटा, नेपाली नागरिक्ता को प्रतिलिपी,सम्वन्धित कार्यअनुभवको प्रमाणपत्र को प्रतिलिपी हस्ताक्षार गरिएको Self Declaration form and child safe guarding policy.
संस्थागत परामर्शदाता को हकमा : फर्म दर्ताको (प्रमाणपत्र, प्यान, भ्याट दर्ताको प्रमाण पत्र, कर चुक्ता प्रमाण(पत्र (आ.व.०८१/८२), तथा अनुभवको प्रमाण पत्र अनिवार्य रुपमा पेश गर्नु पर्नेछ ।
३. आशय पत्रमा प्रस्तावित प्राविधिक प्रस्तावना तथा वितिय प्रस्तावना छुटा छुटै तयार गरी पेश गर्नु पर्नेछ । केरमेट गरेको वा टिपेक्स लागेको अंक मान्य हुने छैन ।
४. आशय पत्र खाम बन्द गरी तल उल्लेखित ठेगाना मा वुझाउन सकिने छ वा तथा उल्लेखित e-mail मा पनि पठाउन सकिने छ ।
५. प्रस्तावना पत्रमा दर भाउ राख्न छुटाएका, म्याद नाघी आएका, सर्त रहित र माग गरे बमोजिमका कागजातहरु संलग्न नभएका पत्र माथि कुनै कारवाही गरिने छैन ।
६. यस बाहेक थप जानकारी आवश्यक परेमा तल उल्लेखित सम्पर्क नम्बरमा कार्यालय समयमा सम्पर्क गर्न सकिने छ ।
७. आशय पत्र कारण खुलाई वा नखुलाई पुरै अथवा आंशिक स्विकृत गर्ने वा पुरै रद्ध गर्ने सर्वअधिकार सामुदायिक परिवार कल्याण संघको खरिद समितिमा निहित रहनेछ ।
८. आशय पत्रसंग Self Declaration form and child safe guarding policy पनि सही छाप गरी पेश गर्नु पर्नेछ । उक्त फर्म र तालिम सम्वन्धि कार्य शर्त Terms या Reference (TOR) यस संस्थाको कार्यालयबाट उपलब्ध गराईनेछ ।

आशय पत्र पेश गर्ने ठेगाना:

सामुदायिक परिवार कल्याण संघ,

जनकपुरधाम (१२ शारदानगर (राराब क्याम्पस देखि पूर्व), धनुषा, मधेश प्रदेश नेपाल
फोन नं. ०४१(४२५१०३
E-mail: cfwadhanusha@gmail.com

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