

परिवर्तनको लागि क्राइम अपरेशन

CRIME OPERATION साप्ताहिक

वर्ष १४ अंक ४४ २०८३ जेष्ठ २४ आईतवार

Sunday, 7 JUN 2026

पृष्ठ: ६, मूल्य रु. १०/-

'कोशीको गौरव हिमालको सान पर्यटन वर्षमा सबैलाई सम्मान'

कोशी प्रदेश पर्यटन वर्ष,
२०८२ सफल पारौं।



प्रदेश सरकार
पर्यटन, वन तथा वातावरण मन्त्रालय
कोशी प्रदेश नेपाल

‘गीत-नाद मैथली लोकगीत प्रतियोगिता’ को स्वर परिष्करण (अडिसन) सम्पन्न

विराटनगर। मैथिली विकास अभियान तथा मैथिली अनलाइनको संयुक्त आयोजनामा विराटनगरमा ‘गीत-नाद मैथली लोकगीत प्रतियोगिता’को स्वर परीक्षण (अडिसन) सम्पन्न भएको छ।

विराटनगरस्थित संगम पार्टी प्यालेसमा शनिबार भएको अडिसनबाट विभिन्न १२ वटा समूहले फाइनलमा आफ्नो स्थान सुरक्षित गरेका छन्।

अडिसनमा मोरङ र सुनसरीका विभिन्न ३५ वटा महिला गीत गायन समूहले प्रतिस्पर्धा गरेको मैथिली विकास अभियानका उपाध्यक्ष कल्पना दासले दिए। प्रतियोगितामा संगीत प्रशिक्षक विद्या मिश्रा, लोकगायक तथा संगीतकार भगवान भा र गायक राजीव मिश्राले निर्णायकको भूमिका निर्वाह गरेको थियो। अडिसनका क्रममा सहभागीहरूलाई मैथिली भाषाको मौलिक लोकगीत गाउन लगाइएको थियो।

मैथिल संस्कृतिमा प्रत्येक संस्कारहरू लोकगीतविना पूरा नहुने



र समुदायमा जन्मदेखि मृत्युसम्मका संस्कारगत गीतहरू गाउने चलन रहेको छ। तर, बढ्दो आधुनिकताको प्रभावका कारण ती संस्कार गीतहरू लोप हुने अवस्थामा पुगेकाले तिनको संरक्षण गर्ने उद्देश्यले कार्यक्रम आयोजना गरिएको मैथिली विकास अभियानका अध्यक्ष नवीन कर्णले जानकारी दिए।

अडिसन चरण पार गरी फाइनलमा पुरन सफल समूहहरूमा कुपन नम्बर ३४ का जया मल्लिक र ममता कर्ण प्रथम, कुपन नम्बर ७ का अनिता कर्ण र भाग्यश्री भा दोस्रो तथा कुपन नम्बर ३३ का कविता मेहता र रिद्धि, सिद्धि तेल्लो भएका छन्। यसैगरी चौथो स्थानमा कुपन नम्बर ३५ का रञ्जनाकुमारी भा, कञ्चना चौधरी, गीता दास र विना कायस्थ, पाँचौँ स्थानमा कुपन नम्बर १० का अमृता कर्ण र रेणु कर्ण,

छैटौँ स्थानमा कुपन नम्बर ३२ का निर्मला सहनी र तारा राय तथा सातौँ स्थानमा कुपन नम्बर १ का संगीता कर्ण र अञ्जला मण्डल चयन भएका छन्।

त्यस्तै आठौँ स्थानमा कुपन नम्बर ३१ का रोजी भा र सारिका भा, नवौँ स्थानमा कुपन नम्बर २८ का किरण कुमारी भा, विभा भा र प्रियंका भा, दसौँ स्थानमा कुपन नम्बर २१ का मीरा शर्मा, आशा शर्मा र शिला मण्डल, एघारौँ स्थानमा कुपन नम्बर ३० का स्वाती कर्ण बाकी अन्तिम पेजमा...

समाचार लेखन र आचार संहिता सम्बन्धि तालिम

विराटनगर। समाचार लेखन तथा पत्रकार आचार संहिता सम्बन्धी तीन दिने तालिम सुरु भएको छ।

तालिम उद्घाटन सत्रका प्रमुख अतिथि विराटनगर महानगर पालिकाका मेयर नागेश कोइरालाले फूलको गमलामा पानी हालेर उद्घाटन गर्दै भने पत्रकारिता सत्य-तथ्यमा आधारित रिपोर्टिङ गर्नुपर्नेमा जोड दिँदै गलत सूचना फैलिन नदिन सबै पत्रकार जिम्मेवार बन्नुपर्ने सुझाव दिएका थिए।

त्यसैगरी, नेपाल पत्रकार महासंघ केन्द्रीय सदस्य कमल रिमालले सरकारी विज्ञापन सरकारी सञ्चारमाध्यमलाई दिने निर्णयको विरोधमा जेट २५ गते बँधिसडक आन्दोलन गर्ने जानकारी दिँदै सहभागी पत्रकारहरूलाई वातावरण सम्बन्धी विषयमा विशेष ध्यान दिएर समाचार लेख्न आग्रह गरेका थिए।

त्यस्तै, नेपाल पत्रकार महासंघ मोरङका अध्यक्ष सुशीला पाठकले सत्य-तथ्य पत्रकारिताले मात्रै पत्रकारलाई सुरक्षित र जिम्मेवार बनाउने

बताएका थिए। नेपाल पत्रकार महासंघ कोशी प्रदेशका उपाध्यक्ष कुमोद अधिकारीले स्वागत मन्तव्य राख्दै पत्रकारितामा देखिएको अलमल लाई यस्ता तालिमले स्पष्टता दिने विश्वास व्यक्त गरेका थिए।

तालिम उद्घाटन सत्रका अध्यक्ष एवम् नेपाल पत्रकार महासंघ कोशी प्रदेशका अध्यक्ष भरत खड्काले भने नयाँ पत्रकारहरूमा आचार संहिता पालनामा कमजोरी देखिएकाले यस्ता तालिम आवश्यक रहेको बताए। “कलमले नै देशलाई अगाडि बढाउँछ, त्यसैले पत्रकारिता जिम्मेवार र आचारसंहिता अनुसार हुनुपर्छ,” बहानो बनाई थियो।

तालिममा सहभागी नयाँ पत्रकारहरूलाई आचार संहिता, समाचार लेखन शैली तथा जिम्मेवार पत्रकारितावारे विभिन्न सत्रमाफत यज्ञ शर्मांले प्रशिक्षण दिइ रहेकोछ।

उक्त तालिम जेट २४ गतेसम्म सञ्चालन हुने तालिम विराटनगर महानगरपालिकाको सहकार्य र नेपाल पत्रकार महासंघ कोशी प्रदेश समितिको आयोजनामा भईरहेकोछ।

भर्ना खुल्यो !

SEE/SLC उत्तिर्णहरूको लागि

स्वास्थ्य प्राविधिक विषयहरू (३ वर्षे)

- ◆ डिप्लोमा इन फिजियोथेरापी
- ◆ मेडिकल ल्याब टेक्नोलोजी (CMLT)
- ◆ सामान्य चिकित्सा (HA)
- ◆ डिप्लोमा इन फार्मसी (DPH)
- ◆ पि. सि. एल. नर्सिङ (Staff Nurse)

Online फारम भर्ने अन्तिम मिति: २०८३/०२/१३ गते सम्म

“SEE/SLC उत्तिर्ण गरी न्यूनतम औसत GPA २ प्राप्त गरेका विद्यार्थीहरूले Online बा कलेजमा आएर फारम भर्ने सक्नुहुन्छ।”

Online फारम भर्नेको लागि दिईएको QR Scan गर्नुहोला।



कोशी हेल्थ इन्स्टिच्युट

तिनपैनी, विराटनगर-१, मोरङ, नेपाल | सम्पर्क नं.: ०३१-५१२५८४, ४८५२०३१२७४



Affiliated to CTEVT
GOLDEN PARK COLLEGE
Biratnagar-3, Bargachhi | Estd: 2066 B.S.



ADMISSION
OPEN

CTEVT द्वारा सम्बन्धन प्राप्त ३ वर्षे कोर्षहरू:

- | Engineering | Health |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ✓ Diploma in Civil Engineering ✓ Diploma in Computer Engineering (IT) ✓ Diploma in Electrical & Electronics Engineering | <ul style="list-style-type: none"> ✓ General Medicine (HA) ✓ Lab Technician (CMLT) ✓ Diploma in Pharmacy ✓ Diploma in Radiography |

Online फारम भर्ने अन्तिम मिति: २०८३ जेष्ठ १३ गते सम्म



For more info.

9852024616, 9842050416

021-464344

gpcbiratnagar@gmail.com

APPLY NOW

गीत-गाढ...

र अञ्जली कर्ण तथा बाह्रौं स्थानमा कृपण नम्बर १८ का चन्दा शर्मा, किरण शर्मा र शिलादेवी महतो रहँदै फाइनलको यात्रा तय गरेका छन् । फाइनलमा अडिसन चरण पार गरेका १२ वटा समूहविच प्रतिस्पर्धा गराएर प्रथम, दोस्रो र तेश्रो छनौट गरिने आयोजक समितिले जनाएको छ । आयोजक समितिले सामाजिक संजालको माध्यमबाट समेत एकजनालाई विजेता घोषणा गर्ने जनाएको छ ।
प्रतियोगिताको फाइनल

प्रतिस्पर्धा आगामी ज्येष्ठ ३० गते शनिबार विराटनगर स्थित आरोहण गुरुकुलमा हुनेछ । फाइनलमा मैथिल संस्कृतिका गीत-संगीतका साथै नृत्यहरू समेत प्रस्तुत गरिने आयोजक समितिले जनाएको छ ।
प्रतियोगितामा उत्कृष्ट भई प्रथम, दोस्रो र तेश्रो हुने समूहलाई क्रमशः नगद १५ हजार, ११ हजार र ८ हजार रूपैयाँ पुरस्कार प्रदान गरिनेछ ।



एलिट क्लब निर्वाचितलाई प्रमाणपत्र वितरण

विराटनगर, जेठ १८ गते । एलिट क्लब विराटनगरको नव निर्वाचित कार्यसमितिको पदस्थापना तथा प्रमाणपत्र वितरण समारोह क्लबको सभा हलमा सम्पन्न भएको छ ।
कार्यक्रमका प्रमुख अतिथि विराटनगरमहानगर पालिकाका प्रमुख नागेश कोइरालाले सम्बोधन गर्दै भने एलिट क्लबले समाजमा बौद्धिक बहस र सकारात्मक चेतना प्रवर्द्धनमा खेलेको भूमिकाको प्रशंसा गर्दै



महानगरपालिकाको तर्फबाट आवश्यक सहयोग गर्ने प्रतिबद्धता व्यक्त गरेका थिए ।
वरिष्ठ अधिवक्ता दिल्ली कार्की संयोजक रहेको निर्वाचन समितिले सर्वसम्मत रूपमा पदाधिकारी तथा सदस्यहरू चयन भएको जानकारी घोषणा गरेका थिए ।
नव निर्वाचित कार्यसमितिको अध्यक्ष इन्द्रा कार्की, महासचिव यज्ञप्रसाद शर्मा, अर्थ सचिव माणिकुमार अर्याल, सांस्कृतिक सचिव प्रमिला थापा तथा सदस्यहरू सुशीलकुमार भन्ना, लीलावल्लभ घिमिरे, डिकप्रसाद घिमिरे, भैरवप्रसाद रिजाल र मिना नेपाल रहेका छन् । कार्यसमितिको कार्यकाल दुई वर्षको हुनेछ ।
कार्यक्रममा बोल्दै क्लबका निवर्तमान अध्यक्ष विश्वनाथ रिजालले आफूले आठ वर्षसम्म

क्लबको नेतृत्व गर्ने अवसर पाएको स्मरण गर्दै कोभिड-१९ महामारीका बेला समेत जुम मिडिट इमार्फत संस्थाका गतिविधिहरूलाई निरन्तरता दिएको बताए । उनले क्लबको स्थापना २०१५ सालमा भएको उल्लेख गर्दै संस्थाका संस्थापक सदस्यहरूमध्ये हाल दुई जना जीवित रहेको जानकारी दिए ।
नव निर्वाचित अध्यक्ष इन्द्रा कार्की ले संस्थाको गरिमा र प्रतिष्ठालाई अझ उचाइमा पुऱ्याउने प्रतिबद्धता जनाइन् ।
उनले भनिन्, "एलिट क्लबको शिर भुक्न दिने छैनौं । शिरमा क्षमता, काँधमा जिम्मेवारी र हृदयमा इमानदारी बोकेर काम गर्नेछौं ।"
नेपाल पत्रकार महासंघ मोरं अध्यक्ष सुशीला पाठकले एलिट क्लबले सामाजिक विषयहरूमा बहस र छलफलको संस्कृति विकास गर्दै आएको बताइन् ।

उनले यस्ता विषयहरू अन्तर्राष्ट्रिय स्तरसम्म पुग्ने विश्वास व्यक्त गर्दै क्लबले समाजलाई सही दिशा दिने अपेक्षा राखिन् ।
त्यसैगरी क्लबका पूर्व महासचिव दिनेश श्रेष्ठ ले इतिहासप्रति गौरव गर्नु, आवश्यक भए पनि भौतिक निर्माण मात्र विकास नभएको उल्लेख गरे । उनले राष्ट्र निर्माणमा सकारात्मक भूमिका निर्वाह गर्नुपर्नेमा जोड दिँदै क्लबलाई अझ समावेशी र लोकतान्त्रिक बनाउन आग्रह गरेका थिए ।
विचार र बहसको मञ्चका रूपमा परिचित एलिट क्लबले आगामी दिनमा सामाजिक, बौद्धिक तथा समसामयिक विषयमा छलफललाई थप प्रभावकारी बनाउने प्रतिबद्धता व्यक्त गरेको छ ।

सेवाग्राहीमैत्री सेवा, सुशासनको आधार

- सेवाग्राहीसँग नम्र, छिष्ट र सम्मानजनक व्यवहार गरौं,
- सेवा प्रक्रियालाई सरल, छिटो र पारदर्शी,
- आवश्यक ढिलाइ र भ्रष्टाचारबाट मुक्त सेवा प्रवाह गरौं,
- सूचनाको हक सुनिश्चित गरौं,
- भ्रष्टाचार र अनियमितता पूर्ण रूपमा निषेध गरौं,
- गुनासो व्यवस्थापन प्रणालीलाई प्रभावकारी बनाऔं,
- प्रविधी मैत्री सेवा विस्तार गरौं,
- जवाफदेही र परिणाममुखी कार्यशैली विकास गरौं,

नेपाल सरकार, विज्ञापन बोर्ड

BIRAT HEALTH COLLEGE
Shaping Careers. Saving Lives

YOUR FUTURE IN HEALTHCARE BEGINS HERE!

- QUALITY EDUCATION
- SKILLED FACULTY
- MODERN LABS
- CAREER FOCUSED

Excellence in HEALTH EDUCATION

ADMISSIONS OPEN ENROLL TODAY!

OUR PROGRAMS

- General Medicine
- Lab Technician
- Radiography
- D. Pharmacy
- PCL Nursing

LAST DATE OF ONLINE FORM SUBMISSION 2083/02/13

BIRAT HEALTH COLLEGE | Where Compassion Meets Care

ADMISSION OPEN

FOR SESSION 2083-84

NATIONAL INSTITUTE OF TECHNOLOGY

Achhyut Mill, Saptakoshi Marg, Bargachhi, Biratnagar-4

Affiliated By CTEVT-2052

LAST DATE OF FORM SUBMISSION 2083-02-13

FORM CHARGE 1000.00

OUR PROGRAMS

- DIPLOMA LEVEL - 3 YEARS PROGRAM
- HEALTH ASSISTANT (H.A.)
- LAB TECHNICIAN (CMLT)
- PHARMACY (DPH)
- PRE-DIPLOMA LEVEL - 1.5 YEARS PROGRAM
- COMPUTER ENGINEERING (CE)

CONTACT

National Institute of Technology
Achhyut Mill, Saptakoshi Marg,
Bargachhi, Biratnagar-4
Affiliated By CTEVT-2052

021-444331
9852028403
9819349122
9802754150 (WhatsApp)

admission@nit.edu.np
www.nit.edu.np

Choose the Right Path. Shape Your Future!

सप्तपादकीय

बजेट सकाउने चटारो

नेपाल सरकारले तीन तहको बजेट बनाउछ। पहिले संघिय सरकारले जेट १५ गते भित्र बजेट विनियोजन गर्छ। त्यसपछि प्रदेश सरकारले अघाढ १ गते भित्र बजेट विनियोजन गर्छ भने अन्तिममा स्थानीय सरकारले अघाढ १० गते भित्र बजेट ल्याउनु पर्ने कानुन नै बनेको छ। तीनै तहको सरकारले बजेट विनियोजन गर्दछ, सरकारी बजेट विनियोजनको मुख्य उद्देश्य विकास, सेवा प्रवाह र जनजीवनमा सुधार ल्याउनु हो। तर हरेक आर्थिक वर्षको अन्त्यतिर देखिने "बजेट सकाउने चटारो" ले यो उद्देश्यलाई नै प्रश्नचिन्हमा पारिदिन्छ। असार मसान्त नजिकिँदै गर्दा विकास निर्माणका कामहरू एककासी तीव्र हुने, हतार-हतार टेन्डर, सम्झौता र भुक्तानी हुने प्रवृत्ति हाम्रो प्रशासनिक संस्कृतिको पुरानै रोग जस्तै बनेको छ।

वर्षभर योजना कार्यान्वयन सुस्त रहने, आवश्यक अध्ययन-अनुसन्धान बिना योजना छनोट हुने र अन्तिम महिनामा खर्च बढाउने प्रवृत्तिले सार्वजनिक स्रोतको दुरुपयोग हुने खतरा रहन्छ। कतिपय अवस्थामा कामको गुणस्तरमा सम्झौता हुन्छ, ठेक्का प्रक्रियामा पारदर्शिता कमजोर हुन्छ र दीर्घकालीन उपयोगिता नभएका योजनामा समेत बजेट खर्च गरिन्छ। परिणामस्वरूप "खर्च भयो तर विकास देखिएन" भन्ने जनगुनासो बढ्दै जान्छ। वर्ष भरि केही काम नगर्ने वर्षको अन्त्यमा जेट र अघाढ १५ सम्म हतारमा बजेट खर्च गर्नुलाई उचित ठहर्‍याउन सकिँदैन।

स्थानीय तहदेखि संघीय संरचनासम्म बजेट कार्यान्वयनलाई "समयमै, गुणस्त्रीय र पारदर्शी" बनाउने संस्कार विकास नगरेसम्म बजेट सकाउने चटारो रोकिने छैन। विकास कागजमा होइन, जनताको जीवनमा देखिनु पर्छ, भन्ने मूल भावना सबै तहका जिम्मेवार निकायले आत्मसात गर्न आवश्यक छ। बजेट खर्च गर्ने होइन, प्रभावकारी रूपमा उपयोग गर्ने संस्कार विकास गर्न सके मात्र देशले दिगो विकासको बाटो समात्न सक्छ।

साप्ताहिक राशिफल

- सेष (बु, च, जे, लो, ला, लि, लु, ले, लो, अ) : दम्पतिमा धरायसी विषयलाई लिएर वादविवाद बढेर असमझदारी बढ्ने सम्भावना छ। मनोरञ्जन र भ्रमणको योग छ।
सृष (इ, उ, ए, ओ, वा, वि, वु, वे, वो) : बाणीको प्रभावले महत्वपूर्ण काम गर्ने छ भने मनोरञ्जन एवम अध्ययन भ्रमणको समेत अवसर मिलेको योग छ।
मिथुन (क, कि, कु, घ, ड, छ, के, को, ह) : युवा वर्गका लागि रमाइलो वातावरणको अवसर मिलेको छ। इष्टमित्रका सहयोगले महत्वपूर्ण काम बन्ने।
कर्कट (हि, हु, हे, हो, डा, डि, डु, डो, डे) : युवावर्गका लागि मनोरञ्जन एवं प्रेम प्रसङ्गमा रमाउने योग रहनुका साथै कतै भ्रमणमा जाने योग छ।
सिंह (मा, मि, मु, मे, मो, टा, टि, टु, टो) : उच्च मनोबल रहनाले महत्वपूर्ण काममा सफलता मिलेको छ। भने वादविवादमा समेत जित तपाईंको हुने छ।
कन्या (टो, पी, पु, ष, ष, ठ, डे, पो) : धरायसी र पारिवारीक विषयले चिन्ता बढाउने छन। बौद्धिक क्षेत्रका काममा सफलता मिलेको योग रहने छ।
तुला (रा, री, रु, रे, रो, ता, ती, तु, ते) : भोग विलासका सामग्री हरूको किनमेलमा पैसा खर्च गराउला। काममा विघ्न बाधाहरू आउन सक्नेछन।
वृश्चिक (तो, ना, नि, नु, ने, नो, या, पिय) : बुद्धिको प्रभावले ठूला-ठूला समस्या हरूमा समाधान निकाल्नलाई योग छ। मित्रहरको सहयोग राम्रो रहने छ।
मिथुन (गो, भा, भी, भू, भु, फा, ड, भे) : धार्मिककाममा महत्वपूर्ण सहभागिता जनाउनुपर्दछ। व्यापारीवर्गका लागि मनगो आमदानीको योग छ।
मकर (भो, जा, जो, जु, जे, ख, खि, खु, खे, गा, गी) : धार्मिक उव समाजिक काममा मान सम्मान मिलेको योग छ। महानाको उत्तराधेमा सामान्यवादविवादमा समेत तान्ने छ।
कुम्भ (गु, गे, गो, सा, सी, सु, से, सो, द) : सानो तिनी चोटपटकको सम्भावना र हेक्काले ललकता अपनाउनु होला। भाग्यले राम्रै साथ दिनाले सफलता मिलेको छ।
मीन (वी, वु, व, ज, जे, डे, डो, च, ची) : उच्च मनोबल रहनाले महत्वपूर्ण काममा सफलता मिलेको छ। भने वादविवादमा समेत जित तपाईंको हुने छ।

बजेट २०८३-८४ कति सुहाउँदो, कति चुनौती पूर्ण ?

राजन कुमार भा
नयाँ राजनीतिक जनादेश र शासकीय सुधार अपेक्षावीच अर्थमन्त्री संसया उभंदा उनको जिम्मेवारी केवल बजेट प्रस्तुत गर्नु थिएन, नागरिकको विश्वास पुनर्स्थापित गर्नु पनि थियो। तर, बजेट सार्वजनिक भएको दुई दिन नबित्दै कर संरचनामा गरिएका फेरबदल, स्रोत व्यवस्थापन सम्बन्धी प्रश्न र बजारको मिश्रित प्रतिक्रियाले यसलाई गम्भीर आर्थिक बहसको केन्द्रमा ल्याइदिएको छ।

भन्दा २० खर्ब रूपैयाँ पुगेको सार्वजनिक ऋण, विकास बजेटको हाराहारी पुगेको साँवा-ब्याजको भार र बजेट घाटा पूर्तिका लागि पुनः ऋणमै निर्भर रहने रणनीतिले अर्थतन्त्रका संरचनागत कमजोरी उजागर गरेको छ। त्यसमाथि शिक्षा, स्वास्थ्य र विद्युत्जस्ता आधारभूत से वामा थपिएको करले सर्वसाधारणको दैनिकीमा नयाँ बोझ थप्ने संकेत दिएको छ।

यद्यपि, औद्योगिक कच्चा पदार्थमा भन्सार कटौती, आयकर सीमामा गरिएको परिमार्जन तथा सूचना प्रविधि, स्टार्टअप र डिजिटल अर्थतन्त्र प्रोत्साहन गर्ने नीति बजेटका सकारात्मक पक्ष हुन्। यसले निजी क्षेत्र र नवप्रवर्तन अर्थ बढाउने संकेत त दिएको छ, तर महत्वाकांक्षी लक्ष्य र सीमित स्रोतवीच सन्तुलन कति मिल्दछ, भन्ने प्रश्न अझै अनुत्तरित छ। आउनुहोस्, यिनै र यस्ता अन्य प्रश्नहरूको उत्तर खोज्दै बजेटको आर्थिक प्रभावलाई नजिकबाट निशालौं।

घाटा बजेट र ऋणको बढ्दो छाया
बजेटले आगामी आर्थिक वर्षका लागि ७ प्रतिशतको आर्थिक वृद्धि हासिल गर्ने र महँगीलाई ६ प्रतिशतभित्रै रोक्ने लक्ष्य राखेको छ। वितीय

अर्थमन्त्रीको बजेट महत्वाकांक्षी सोच, आधुनिक दृष्टि र संरचनात्मक सुधारका घोषणाले भरिएको दस्तावेज हो। तर, यसको वास्तविक सफलता लक्ष्यको उचाइमा होइन, त्यसलाई धान्ने आर्थिक आधार र कार्यान्वयन क्षमतामा निर्भर रहने छ।

- सरकारले २१ खर्ब २४ अर्ब ३४ करोड रूपैयाँको बजेट सार्वजनिक गरेको छ, जसको ठूलो हिस्सा साधारण खर्चमा विनियोजन गरिएको छ।
- नेपालको कुल सार्वजनिक ऋण २९ खर्ब ७५ अर्ब ४ करोड रूपैयाँ पुगेको छ, जुन कुल गार्हस्थ्य उत्पादनको ४५.०८ प्रतिशत हो।
- सरकारले आगामी आर्थिक वर्षका लागि कृषि क्षेत्रको बजेट १८.३ प्रतिशतले घटाएर ४६ अर्ब ९२ करोड रूपैयाँमा सीमित गरेको छ।

प्रणालीमा रहेको पर्याप्त तरलता र सुरक्षित वैदेशिक मुद्रा सञ्चित आधार मानेर यो लक्ष्य भेट्न सकिने सरकारी दावी छ। तर, कुल २१ खर्ब २४ अर्ब ३४ करोडको बजेटको आन्तरिक बजेट हेर्दा यो लक्ष्य हासिल गर्नु निकै चुनौतीपूर्ण देखिन्छ।

बजेटमा प्रशासनिक र साधारण खर्च चलाउने चालु शीर्षकमा मात्रै १२ खर्ब ७० अर्ब ५८ करोड (करिब ५९.८ प्रतिशत) विनियोजन गरिएको छ। यस विपरीत, देशको विकास र पूर्वाधार निर्माणसँग जोडिएको पूँजीगत खर्चतर्फ जम्मा ४ खर्ब २१ अर्ब १० करोड (२०.३ प्रतिशत) र वितीय व्यवस्थापन ४ खर्ब २२ अर्ब ६४ करोड (१९.९ प्रतिशत) मात्र राखिएको छ।

यो विनियोजनको सबैभन्दा कमजोर पाटो के हो भने, सरकारको कुल आन्तरिक राजस्व लक्ष्य (१४ खर्ब ५ अर्ब २१ करोड) ले आफ्नो प्रशासनिक खर्च धान्न र पुरानो ऋणको साँवा-ब्याज भुक्तानी गर्न पनि पूर्णरूपमा पुग्दैन। चालु आव जेठसम्म जम्मा ९ खर्ब ३० अर्बमात्र राजस्व संकलन भएको संकृचित धरातलमा उभिएर आगामी वर्ष एककासि १४ खर्बभन्दा बढी राजस्व उठाउने लक्ष्य राख्नु आफैमा

चुनौतीपूर्ण देखिन्छ। यही वितीय घाटा पूर्त गर्न बजेटको भन्दा ३१ प्रतिशत हिस्सा अर्थात् ६ खर्ब ५७ अर्ब २९ करोड रूपैयाँभन्दा बढी रकम नयाँ ऋणबाट वेहोने रणनीति लिइएको छ।

सार्वजनिक ऋण व्यवस्थापन कार्यालयको २०८३ वैशाख मसान्तसम्मको प्रतिवेदन अनुसार नेपालको कुल सार्वजनिक ऋण दायित्व २९ खर्ब ७५ अर्ब ४ करोड रूपैयाँ पुगिसकेको छ, जुन कुल गार्हस्थ्य उत्पादन (जीडीपी) को ४५.०८ प्रतिशत हुन आउँछ। यस ऋण परिचालनमा नेपालले सबैभन्दा ठूलो मूल्य विदेशी विनिमय दरको अस्थिरताका कारण चुकाउनुपरेको छ।

प्रतिवेदनले प्रष्ट पारे अनुसार चालु आव वैशाख मसान्तसम्म मात्रै विदेशी विनिमय दरमा भएको परिवर्तनका कारण नेपाललाई १ खर्ब ६७ अर्ब ७५ करोड ६५ लाख बराबरको थप वितीय नोक्सानी भएको छ। विनिमय दरको यही भावबह नोक्सानीका कारण मात्रै देशको सार्वजनिक ऋण ६.२७ प्रतिशतले वृद्धि हुन पुगेको हो। हुन त विनिमयको यही जोखिम घटाउन बजेटले उपयुक्त प्रिमियममा हेजिङको नयाँ कानुनी ढाँचा त अर्थ सारको छ, तर

विगतका कार्यविधिरूका कागजमै थुनिएको इतिहास हेर्दा यो घोषणा कार्यान्वयन हुनेमा आशंका नै देखिन्छ। अर्कातर्फ, सरकार आफैले बजारबाट ४ खर्ब १० अर्बको आन्तरिक ऋण उठाउने लक्ष्य राखेको छ। बजारको सीमित पैसा सरकार आफैले यसरी सोहोरिदिँदा निजी क्षेत्रले नेपालको कुल सार्वजनिक ऋण दायित्व २९ खर्ब ७५ अर्ब ४ करोड रूपैयाँ पुगिसकेको छ, जुन कुल गार्हस्थ्य उत्पादन (जीडीपी) को ४५.०८ प्रतिशत हुन आउँछ। यस ऋण परिचालनमा नेपालले सबैभन्दा ठूलो मूल्य विदेशी विनिमय दरको अस्थिरताका कारण चुकाउनुपरेको छ। प्रतिवेदनले प्रष्ट पारे अनुसार चालु आव वैशाख मसान्तसम्म मात्रै विदेशी विनिमय दरमा भएको परिवर्तनका कारण नेपाललाई १ खर्ब ६७ अर्ब ७५ करोड ६५ लाख बराबरको थप वितीय नोक्सानी भएको छ। विनिमय दरको यही भावबह नोक्सानीका कारण मात्रै देशको सार्वजनिक ऋण ६.२७ प्रतिशतले वृद्धि हुन पुगेको हो। हुन त विनिमयको यही जोखिम घटाउन बजेटले उपयुक्त प्रिमियममा हेजिङको नयाँ कानुनी ढाँचा त अर्थ सारको छ, तर

कर नीतिको नयाँ प्रयोग र मध्यम वर्ग ऋण व्यवस्थापनतर्फ देखिएको दबावसँगै बजेटको अर्को महत्त्वपूर्ण आयाम कर नीतिमा प्रकट भएको देखिन्छ, जहाँ मध्यम वर्गलाई केन्द्रमा राखेर खर्चयोग्य आय बढाउने प्रयास गरिएको छ। व्यक्तिगत आयकर छुटको सीमा दोब्बर गरी १० लाख पुऱ्याउनु र अधिकतम कर दर २९ बाट २९ बाँकी ५ पेजमा...

केही महत्त्व पूर्ण टेलिफोन नम्बरहरू
दुताफल: बिराटनगर वारुण्यनव ४२००००, इटहरी वारुण्यनव ५८०१०१, धरान वारुण्यनव ५२०११९, इनरुवा वारुण्यनव ५६०१०१, दुताक वारुण्यनव ०२३-५८०१०१
अरुपताल: कोशी अ.अ.इ.म.र.के.सी ५२४२३४, रंगेली अरुपताल ५८००४८, आँखा अरुपताल ५२३१०६, सुरक्षा अरुपताल प्रा.वि. ०२१-५३६९४१, ५२२८७७, पठुबुलेनस ९८०२७५३७१७, पठुबुलेनस ९८०२७५३७१७
प्रहरी: पूर्वांचल क्षेत्रकार्यालय ०२१-४३५००१, जिल्ला प्रहरी कार्यालय ५२०३५८, ५२२९०११००, नगर प्र.का. बिराटनगर ५२१८५०, ५२०३६७, ११०, इ.प.का. रंगेली ०१००८०१३०, इ.प.का. उर्लावारी ०२१-५४०००२, सिता प्रहरी चौकी

ऋणको भारी बोवदै उत्पादनको सपना : बजेटमा महत्वाकाँक्षा धेरै, कार्यान्वयनमा चुनौती

काठमाडौं। सरकारले आर्थिक वर्ष २०८३/०८४ का लागि २१ खर्ब २४ अर्ब ३४ करोड रूपैयाँको महत्वाकाँक्षी बजेट सार्वजनिक गर्दै उत्पादन बृद्धि, डिजिटल अर्थतन्त्र, सूचना प्रविधि, निजी क्षेत्रको सहभागिता र प्रशासनिक सुधारमार्फत आर्थिक रूपान्तरणको नयाँ खाका प्रस्तुत गरेको छ। अर्थमन्त्री डा. स्वर्णिम बाम्लेले संस्था प्रस्तुत गरेको बजेटलाई सरकार पक्षले "आर्थिक पुनर्जागरणको आधार" भनेको छ। तर बजेटका प्राथमिकता, स्रोत व्यवस्थापन, ऋणको बढावो भार, चालु खर्चको चाप तथा विगतको कमजोर कार्यान्वयन अवस्थालाई हेर्दा सरकारको घोषणाभन्दा यथायं फरक दिशातर्फ संकेत गरिरहेको देखिन्छ।

बजेटले उत्पादन, प्रविधि र निजी क्षेत्रलाई प्राथमिकता दिएको दाबी गरे पनि यसको ठूलो हिस्सा अझै पनि तलब, भत्ता, प्रशासनिक खर्च र ऋण भुक्तानीमा केन्द्रित छ। कुल बजेटमध्ये १२ खर्ब ७० अर्ब रूपैयाँ चालु खर्चमा छुट्याइएको छ, जुन कुल बजेटको भूषण ६० प्रतिशत हो। पुँजीगत खर्च ४ खर्ब ३१ अर्ब रूपैयाँ मात्र रहेको छ भने ४ खर्ब २२ अर्ब रूपैयाँ वित्तीय व्यवस्थापन शीर्षकमा विनियोजन गरिएको छ। यसमध्ये ठूलो रकम सार्वजनिक ऋणको साँवा र व्याज भुक्तानीमा खर्च हुनेछ।

नेपालको सार्वजनिक ऋण २९ खर्ब रूपैयाँ नाधिसकेको अवस्थामा विकास खर्चभन्दा ऋण व्यवस्थापन मा बढी स्रोत खर्चिनुपर्ने अवस्था सिर्जना भएको छ। राजस्वको ठूलो हिस्सा ऋण तिर्नै खर्च हुन थालेपछि सरकारको विकास गर्ने क्षमता क्रमशः कमजोर हुँदै जान्छ। बजेटले उत्पादन र रोजगारीको कुरा गरे पनि त्यसका लागि आवश्यक वित्तीय आधार ऋणको दबावले खुम्चिँदै गएको संकेत देखिन्छ। सरकारले बजेट २२ पर्त मन्त्रालयको संख्या २२ बाट १८ मा फार्ने, ३१ वटा सरकारी निकाय खारेज गर्ने तथा प्रशासनिक संरचना पुनर्गठन गर्ने घोषणा गरेको छ। यो निर्णयलाई प्रशासनिक सुधारतर्फ सकारात्मक कदमका रूपमा हेरिएको छ। तर विगतमा पनि यस्ता घोषणा धेरै भए पनि कार्यान्वयनमा प्रभावकारी परिणाम नआएकाले यसपटक पनि शंका उजिजिएको छ। सरकारी संरचना संरचनागत सुधारभन्दा राजनीतिक भागबन्डा र कम चारीतन्त्रको प्रतिरोध ठूलो चुनौती बन्ने देखिन्छ।

यस वर्षको बजेटको सबैभन्दा चर्चित पक्ष सूचना प्रविधि र कृत्रिम बुद्धिकता (एआई) मा केन्द्रित योजनाहरू हुन्। सरकारले पहिलो पटक सार्वभौम एआई कम्प्युटिङ केन्द्र स्थापना गर्ने घोषणा गरेको छ। हजारौं एआई प्रोसेसिङ युनिट खरिद गरी युवालाई सहूलियतमा उपलब्ध गराउने, रिमोट वर्कलाई कानुनी मान्यता दिने, स्टार्टअपलाई कर छुट उपलब्ध गराउने तथा नेपाललाई डिजिटल अर्थतन्त्रतर्फ उन्मुख



रुशेश कुमार बोहरा

गराउने लक्ष्य राखिएको छ। युवा जनशक्ति विदेश पलायन भइरहेका बेला प्रविधिमा आधारित रोजगारी सिर्जना गर्ने सरकारी प्रयास स्वागतयोग्य मानिए पनि नेपाल जनता कार्यान्वयन पक्षलाई लिएर आशंका छन्। नेपालमा अझै आधारभूत डिजिटल पूर्वाधार, उच्च रतिको इन्टरनेट, दक्ष जनशक्ति तथा अनुसन्धान संस्कृतिको अभाव रहेको अवस्थामा एआई केन्द्रित कार्यक्रम घोषणाभै सीमित हुने जोखिम रहेको उनीहरूको भनाइ छ।

निजी क्षेत्रलाई प्रोत्साहन गर्ने उद्देश्यले सरकारले व्यक्तिगत आयकरको सीमा बढाएको छ भने अधिकतम करदर २९ प्रतिशतबाट २९ प्रतिशतमा फारेको छ। औद्योगिक कच्चा पदार्थमा भन्सार घटाइएको छ। ३६० प्रकारका वस्तुमा अन्तःशुल्क हटाइएको छ। स्टार्टअप कम्पनीलाई पाँच वर्षसम्म आयकर छुट दिने व्यवस्था गरिएको छ। नैराशावासीय नेपालीलाई दोस्रो बजारमा लगानी गर्न खुला गरिएको छ।

यी व्यवस्थाले निजी क्षेत्रलाई केही राहत दिने अपेक्षा गरिएको छ। तर व्यवसायीहरू सरकारको नीतिगत अस्थिरता, प्रशासनिक फरकभन्दा, लगानी सुरक्षा तथा कमजोर बजार मागलाई अझै प मुख समस्यका रूपमा औत्प्रेक्ष्यरहेका छन्। निजी क्षेत्रले कर छुटभन्दा बढी नीतिगत स्थिरता र लगानीमैत्री वातावरण खोजिरहेको अवस्था छ।

कृषि क्षेत्रलाई व्यवसायी करण गर्ने उद्देश्यले भूमि बैंक, करार खेती, उत्पादनमा आधारित अनुदान, डिजिटल मूल वितरण प्रणाली तथा कृषि लगानीमा ४० प्रतिशतसम्म अनुदान दिने व्यवस्था गरिएको छ। कृषि उत्पादन बढाउने र आयात प्रतिस्थापन गर्ने सरकारी लक्ष्य सकारात्मक भए पनि विगतका अनुभव उत्पादक जनक छैनन्। वर्षौंदेखि कृषि अनुदान वितरणमा देखिएको अनियमितता, पहुँचवालाको कब्जा तथा कमजोर अनुगमन का कारण किसानसम्म कार्यक्रमको वास्तविक लाभ पुग्न सकेको छैन।

ऊर्जा क्षेत्रमा जलविद्युत् उत्पादन र निर्यातलाई निरन्तरता दिइएको छ। बुढीगण्डकी जलविद्युत् आयोजना निर्माणलाई अगाडि

बढाउने घोषणा गरिएको छ। पूर्वाधार विकासअन्तर्गत फास्ट ट्र्याक, राजमार्ग स्तरोन्नति, रेलमार्ग र डिजिटल पूर्वाधारलाई प्राथमिकतामा राखिएको छ। तर विगतमा पुँजीगत बजेट खर्च गर्ने सरकारी क्षमता अत्यन्त कमजोर रहेको तथ्यले यसपटकका लक्ष्यहरू पनि चुनौतीपूर्ण देखिएका छन्।

लोकतन्त्र स्थापना गर्नका लागि महत्त्वपूर्ण भूमिका लेखे मिडियाको विषयमा भने लोककल्याणकारी विज्ञानलाई निरन्तरता दिने बाहेक अन्य कुनै पनि योजना त्यागिएको छैन। अहम अनलाइन मिडियालाई छुट्याउँदै आएको रकम भने काटिएको देखिन्छ।

शिक्षा क्षेत्रमा बजेट बृद्धि भए पनि सुधारको गति अपेक्षाकृत कमजोर देखिन्छ। डिजिटल शिक्षा, सीपमूलक शिक्षा र अनुसन्धानलाई जोड दिइएको छ। "सिक्दै कमाउँदै" कार्यक्रममार्फत विद्यार्थीलाई पढाइसँगै रोजगारीको अवसर दिने योजना त्यागिएको छ। तर सार्वजनिक विद्यालयको गुणस्तर सुधार, शिक्षक व्यवस्थापन, विश्वविद्यालय सुधार तथा श्रम बजारसँग शिक्षा प्रणाली जोड्ने ठोस संरचनागत कार्यक्रम भने अझै अस्पष्ट छन्।

स्वास्थ्य क्षेत्रमा स्वास्थ्य विमा कार्यक्रम पुनःसंरचना, टेलिमेडिसिन विस्तार तथा मातृ-शिशु स्वास्थ्यलाई प्राथमिकता दिइएको छ। यद्यपि निजी अस्पतालमा उपचार गराउने विरामीबाट स्वास्थ्य समता शुल्क उठाउने निर्णयले स्वास्थ्य सेवाको लागत बढ्ने सम्भावना देखिएको छ। त्यस्तै निजी विद्यालयमाथि थप कर लगाइएकोले शिक्षा क्षेत्र पनि थप महँगो बन्न सक्ने अनुमान गरिएको छ।

बजेटले मध्यम वर्गलाई केही कर राहत दिएको भए पनि विद्युत् उपभोगमा भ्याट, शिक्षा तथा स्वास्थ्य क्षेत्रमा थप आर्थिक भार सिर्जना गर्ने नीतिले नागरिकलाई राहतभन्दा थप बोझ थप्ने जोखिम पनि देखिएको छ। सरकार एकातिर स्वच्छ ऊर्जा प्रयोग बढाउन चाहन्छ भने अर्कोतिर ५० युनिटभन्दा बढी विद्युत् खपतमा करको भार थपिरहेको छ। यस्तो नीति आफैँमा विरोधाभासपूर्ण देखिएको टिप्पणी भइरहेको छ।

बजेटको अर्को महत्त्वपूर्ण कमजोरी समावेशी विकासको सवालमा देखिएको छ। दलित,

आदिवासी जनजाति, मधेशी, मुस्लिम, थारू, भूमिहीन, सीमान्त किसान तथा अपांगता भएका नागरिकका लागि लक्षित कार्यक्रम अपेक्षाकृत कमजोर देखिएका छन्। सामाजिक न्यायको नारा बजेटमा दोहोरिएको भए पनि त्यसलाई कार्यान्वयन गर्ने ठोस कार्यक्रम र पर्याप्त स्रोत विनियोजन भने देखिँदैन।

संघीयताको मूल मर्म स्थानीय तहलाई सबल बनाउनु भए पनि वित्तीय समानीकरण अनुदान विकास तथा सामाजिक कार्यक्रम प्रभावित हुन सक्ने चिन्ता बढाएको छ। स्थानीय तहमा स्रोत घटाउँदै केन्द्रमा शक्ति केन्द्रित गर्ने प्रवृत्ति संघीयताको भावना विपरीत रहेको टिप्पणी हुन थालेको छ।

सरकारले बजेटमार्फत आर्थिक गतिविधि बढाउने, रोजगारी सिर्जना गर्ने, उत्पादन बृद्धि गर्ने र लगानी आकर्षित गर्ने महत्वाकाँक्षी लक्ष्य प्रस्तुत गरेको छ। तर विगतका वर्षहरूमा पुँजीगत खर्च न्यून रहने, ठेक्का प्रणाली अस्तव्यस्त हुने, आयोजना समयमै सम्पन्न नहुने, भ्रष्टाचार नियन्त्रण प्रभावकारी नहुने तथा सुशासन कमजोर रहने समस्या जस्ताको तस्तै छन्।

विश्लेषकहरूका अनुसार नेपालको समस्या बजेटको आकार होइन, कार्यान्वयनको कमजोरी हो। प्रत्येक वर्ष नयाँ कार्यक्रम घोषणा गरिए पनि परिणाम नागरिकले महसुस गर्न सक्ने स्तरमा पुग्न सकेको छैन। यही कारण यस वर्षको बजेट पनि घोषणा र यथायंवीचको दूरी घटाउन सफल हुन्छ कि हुँदैन भन्ने प्रश्नको घेरामा परेको छ।

समग्रमा बजेट २०८३/०८४ ले उत्पादन बृद्धि, डिजिटल रूपान्तरण, निजी क्षेत्रको सहभागिता तथा प्रशासनिक सुधारलाई केन्द्रमा राखेर अर्थतन्त्रलाई चलायमान बनाउने प्रयास गरेको देखिन्छ। तर बढ्दो सार्वजनिक ऋण, उच्च चालु खर्च, कमजोर कार्यान्वयन क्षमता, सामाजिक न्यायका सवालमा अपर्याप्त सम्वोधन तथा सुशासनको चुनौतीले बजेटको प्रभावकारितामाथि गम्भीर प्रश्न खडा गरेको छ।

घोषणामा महत्वाकाँक्षी, तर स्रोत व्यवस्थापनमा ऋणनिभर र कार्यान्वयनमा पुरानै कमजोरी बोकेको यो बजेटले वास्तवमै आर्थिक रूपान्तरणको आधार तयार गर्छ वा अर्को वर्ष पनि अधुरा प्रतिबद्धताको सूचीमा सीमित हुन्छ भन्ने प्रश्नको उत्तर अब सरकारको कार्यशैलीले दिनेछ। नागरिकले बजेटको भाषण होइन, आफ्नो जीवनस्तरमा देखिने परिवर्तन खोजिरहेका छन्। (लेखकः- बोहोरा अर्थ सवाल साप्ताहिकका सम्पादक तथा नेपाल पत्रकार महासंघ काठमाडौं शाखाका सचिव हुनुहुन्छ।)

शारीरिक व्यायामले पनि स्वास्थ्यलाई फर्इदा



डा. सुनील सापकोटा, प्राकृतिक चिकित्सक

आजको आधुनिक जीवन शैलीमा शारीरिक निष्क्रियता तीव्र रूपमा बढ्दै गएको छ। लामो समयसम्म बस्ने बानी, मोबाइल तथा कम्प्युटरको अत्यधिक प्रयोग, र यातायातमा निर्भरता बढेसँगै मानिसहरूको दैनिक शारीरिक गतिविधि घटिरहेको छ। यसको प्रत्यक्ष असर मुटुरोग, मधुमेह, मोटोपना तथा मार्मासिक तनावजस्ता दीर्घकालीन स्वास्थ्य समस्याहरूमा देखिन थालेको छ।

यही सन्दर्भमा हालै का अन्तर्राष्ट्रिय वैज्ञानिक अध्ययनहरूले एउटा महत्त्वपूर्ण र आशावादी सन्देश दिएका छन्, दिनको केवल ५ मिनेट शारीरिक व्यायाम पनि स्वास्थ्य सुधार र दीर्घायु जीवनका लागि लाभदायक हुन सक्छ।

विभिन्न युरोपेली तथा अमेरिकी अनुसन्धान संस्थाहरूमा गरिएको ठूलो स्तरको अध्ययनमा करिब १ लाख ३५ हजारभन्दा बढी वयस्कहरूको दैनिक शारीरिक गतिविधि लामो समयसम्म गतिविधि मापन उपकरणमार्फत अनुगमन गरिएको थियो।

अध्ययनका निष्कर्ष अनुसार दिनमा केवल ५ मिनेट छिटो हिँडाइ वा मध्यम स्तरको शारीरिक व्यायाम गर्ने व्यक्तिहरूमा समग्र मृत्यु जोखिम घट्ने सम्भावना देखिएको छ साथै दैनिक बस्ने समय ३० मिनेट मात्र घटाउँदा पनि स्वास्थ्यमा उल्लेखनीय सुधार देखिएको पाइएको छ। विशेषगरी कम शारीरिक सक्रियता भएका व्यक्तिहरूमा सानो परिवर्तनले पनि ठूलो स्वास्थ्य लाभ दिन सक्ने कुरा अध्ययनले स्पष्ट गरेको छ। विशेषज्ञहरूका अनुसार लामो समय बस्ने बानी (निष्क्रिय जीवनशैली) शारीरिक कृमिक रूपमा हानिकारक हुन्छ यसले रक्तसञ्चार सुस्त बनाउने,

चयापचय (मेटाबोलिज्म) घटाउने, शरीरमा बोसो जम्ने प्रक्रिया बढाउने तथा मधुमेह र मुटुरोगको जोखिम बढाउने गर्दछ।

तर दिनको ५ मिनेट मात्र शारीरिक व्यायाम गर्दा पनि शरीरमा तुरुन्त सकारात्मक परिवर्तन सुरु हुन्छ। मुटुको धड्कन सक्रिय हुन्छ, रक्तसञ्चार सुधार हुन्छ, अक्सिजन आपूर्ति बढ्छ, शरीरको ऊर्जा स्तर बढ्छ र थकान घट्छ।

मानसिक स्वास्थ्यमा पनि यसको स्पष्ट प्रभाव देखिएको छ। नियमित सानो व्यायामले तनाव कम गर्ने, मन हल्का बनाउने, ध्यान केन्द्रित गर्ने क्षमता बढाउने तथा निद्राको गुणस्तर सुधार गर्ने वैज्ञानिक अध्ययनहरूले देखाएका छन्।

दैनिक जीवनमा यसलाई सजिलै अपनाउन सकिन्छ, ५ मिनेट छिटो हिँडाइ गर्ने, सिँधी प्रयोग गर्ने, फोनामा कुरा गर्दा हिँड्ने, वा प्रत्येक १ घण्टामा केही समय उठेर हिँड्ने जस्ता साधारण अभ्यासहरू पर्याप्त हुन्छ।

प्राकृतिक चिकित्सकहरूको अनुसार शरीरलाई निरन्तर चलायमान राख्नु स्वास्थ्यको आधार हो। शारीरिक व्यायामले रक्तसञ्चार, पाचन प्रणाली र प्रतिरक्षा प्रणाली सुधार गर्न मद्दत गर्छ। त्यसैले "गतिशीलता बढ्ने औषधि हो" भन्ने अवधारणा प्राकृतिक चिकित्सामा अत्यन्त महत्त्वपूर्ण मानिन्छ।

निष्कर्षमा, दैनिक ५ मिनेटको शारीरिक व्यायामले पनि स्वास्थ्यलाई फाइदा गर्छ भन्ने कुरा वैज्ञानिक अध्ययनहरूले स्पष्ट रूपमा प्रमाणित गरेका छन्। सानो तर निरन्तर शारीरिक सक्रियता दीर्घायु, मानसिक सन्तुलन र समग्र स्वास्थ्य सुधारतर्फको सफल व्यवहारिक र प्रभावकारी उपाय हो।

ट्राफिक नियमको पालना गर्नु । सडक सुशासन कायम गर्नु ॥

आर्थिक वर्ष २०८३-०८४ को बजेट वक्तव्य पत्रकार आचार संहिता प्रति मौरंग उद्योग व्यापार संघको धारणा बाटै अन्तरक्रिया सुरु

विराटनगर। नेपाल सरकारले जेठ १४ गते शुक्रवार दिएको बजेट वक्तव्यमा मौरंग उद्योग व्यापार संघको धारणा यस प्रकार रहेको छ। धारणाको पूर्णपाठ।

नेपाल सरकार, अर्थ मन्त्रालयद्वारा जेठ १४ गते शुक्रवार प्रस्तुत गरिएको आर्थिक वर्ष २०८३/०८४ को बजेट वक्तव्यले नेपालको उद्योग, वाणिज्य तथा निजी क्षेत्रमा व्याप्त निराशालाई चिउँदै लगानीको वातावरण सुधार्न र उत्पादन लागत घटाउन ऐतिहासिक एवं उत्साहजनक कदमहरू चालेको हामीले महसुस गरेका छौं। साथै, हाम्रो संघले निजी क्षेत्रका उद्योग/व्यवसायको हकमा सरकार समक्ष प्रस्तुत गर्दै आएका कतिपय सुझावहरू यस बजेटबाट सम्बोधन हुन गएको महसुस गरेका छौं। तथापी, तिनको स्वच्छ एवं सहज कार्यान्वयनका लागि आशावादी छौं।

उद्योग, वाणिज्य तथा निजी क्षेत्रको हकमा यस बजेटले गरेका निम्न केही व्यवस्थाहरू प्रति हामी सरकारात्मक रही यस प्रति आफ्नो धारणा प्रस्तुत गर्दछौं।

१. कर तथा आयकर सम्बन्धी व्यवस्थाहरू:

- आयकर छुट सीमा वृद्धि: व्यक्तिगत आयकर छुट सीमा रु. १० लाख पु-याईनु स्वागतयोग्य छ, यो व्यवस्थाले उपभोक्ताको क्रयशक्ति बढाई बजार चलायमान बनाउने छ।

- स्वामित्व परिवर्तनमा कर खारेजी: अस्वैच्छिक स्वामित्व परिवर्तनमा आयकर ऐनको दफा ५७ आर्कषित नहुने व्यवस्था सकारात्मक छ। यसबाट उद्योगीहरूको लामो समयदेखिको कानुनी अन्यायलाई हट्ने छ।

- विवादित कर निरूपण: निर्धारित करको १ प्रतिशत थप बुझाएमा पुराना मुद्दा, जरिवाना र ब्याज पूर्ण मिनाना हुने व्यवस्था अत्यन्तै सकारात्मक छ। यसबाट व्यवसायीहरूले दुष्करसंग काम गर्ने वातावरण श्रृजना हुने देखिन्छ।

- निर्यातमा ५० प्रतिशत कर छुट: सूचना प्रविधि सेवा निर्यातमा ५० प्रतिशत आयकर र स्टेड इक्विटीमा शतप्रतिशत कर छुट दिई डिजिटल अर्थतन्त्र र नेपाललाई 'टेक हब' बनाउन उत्कृष्ट कदम चालिएको देखिन्छ।

२. भन्सार, अन्तःशुल्क र भ्याट सम्बन्धी व्यवस्थाहरू:

- भन्सार तह तथा दरमा व्यापक परिमार्जन: यस बजेटबाट व्यापारिक प्रक्रियालाई सरल र पारदर्शी बनाउन यस अघिको ११ तहको भन्सार महशुल संरचनालाई ७ तहमा फारिन तथा २७३ औद्योगिक कच्चा पदार्थको भन्सार दर तयारी वस्तुभन्दा एक तह न्यून गर्ने व्यवस्था गरेकोमा यसले स्वदेशी उद्योगहरूको संरक्षण, दीर्घकालीन हित एवं प्रतिस्पर्धात्मक क्षमता बढाउन ऐतिहासिक एवं महत्वपूर्ण कदम चालेको छ। यो अत्यन्त स्वागतयोग्य छ।

- अन्तःशुल्क खारेजी: हाल ३६० वस्तुहरूमा लाग्दै आएको अन्तःशुल्क पूर्ण रूपमा खारेज गर्नु प्रशंसनीय छ। यसरी करको दायरा घट्दा व्यवसाय सञ्चालन लागत (ऋयकत या मयप्लन दगकप्लमकक) कम हुनेछ।

- डिजिटल भुक्तानीमा १० प्रतिशत भ्याट छुट: डिजिटल खरिदमा उपभोक्तालाई तत्काल १० प्रतिशत भ्याट छुट र स्वाचालित भ्याट फिर्ता गर्ने व्यवस्थाले अनौपचारिक व्यापार रोक्न र कानुनी कारोबार बढाउन सघाउने विश्वास लिएका छौं।

- आन्तरिक उत्पादन संरक्षण: आयात हुने केही वस्तुहरूमा 'आन्तरिक उत्पादन प्रवर्द्धन शुल्क' लागू गरिनु स्वदेशी उद्योग तथा उत्पादनहरूका लागि सुखद छ।

३. विद्युत तथा ऊर्जा सम्बन्धी व्यवस्थाहरू:

- विद्युत महसुल छुट: उत्पादन मूलक उद्योगको प्रतिस्पर्धात्मक क्षमता अभिवृद्धि गर्न विद्युतको डिमान्ड शुल्क पुनरावलोकन गर्दै विद्युत महसुलमा छुट दिने व्यवस्थाले उद्योगहरूका लागि ठूलो राहत प्रदान गर्नेछ। यसबाट उत्पादन लागत घट्नुका साथै निर्यात प्रवर्द्धन गर्न समेत मद्दत पुग्ने हाम्रो बुझाई छ।

- जलाशययुक्त जलविद्युतमा विशेष सुविधा: जलाशययुक्त आयोजनामा शतप्रतिशत लगानी गर्ने प्रवर्द्धकलाई पहिलो वर्षमै ४० प्रतिशतसम्म सेयर सर्वसाधारण मा विक्री गर्न दिइने लगायतका

दुरगामी सुविधा मुलुकको ऊर्जा सकट समाधान र हिउँदको विद्युत व्यवस्थापन गर्न कोसेढुङ्गा सावित हुने हाम्रो धारणा छ।

हुने हाम्रो धारणा छ।

- विद्युत व्यापार अनुमति: निजी क्षेत्रलाई अन्तर्राष्ट्रिय बजारमा सिधै विद्युत व्यापार र ट्र्याडिङ चार्जको व्यवस्था गरिनु ऐतिहासिक कदमको रूपमा लिएका छौं। यसबाट ऊर्जा क्षेत्रमा निजी लगानी र व्यापार विविधीकरण हुनेछ।

- औद्योगिक क्षेत्रमा सिधै प्रसारण लाइन: ५ मेगावाटभन्दा बढी विद्युत खपत गर्ने उद्योगसम्म सिधै प्रसारण लाइन पु-याउने व्यवस्थाले उद्योगहरूमा हुँदै आएको ट्रिप्लिङ र न्यून भोल्टेजको समस्या अन्त्य गर्नेछ।

४. उद्योग ऐन, व्यापार र पूर्वाधार सम्बन्धी व्यवस्थाहरू:

- औद्योगिक व्यवसाय ऐन संशोधन: उद्योगको क्षमता वृद्धि, स्वामित्व परिवर्तन, पुँजी वृद्धि लगायतका विषयमा उद्योग विभागलाई जानकारी मात्र नगरी पुग्ने सरल व्यवस्था अत्यन्तै उत्साहजनक छ। यसबाट उद्योगहरूको प्रशासनिक फरफट अन्त्य हुने विश्वास लिएका छौं।

- लिजको जग्गामा निर्मित संरचना धितो राख्न पाइने: उद्योगीहरूले औद्योगिक क्षेत्र, विशेष आर्थिक क्षेत्र तथा लीजमा उपलब्ध गराइने जग्गामा निर्मित संरचनालाई बैङ्क प्रयोजनका लागि धितो राख्न सक्ने व्यवस्थाले उद्योगीहरूको तरलता समस्या समाधान गर्न महत्वपूर्ण भूमिका खेल्ने छ।

- सरकारी कार्यालयहरू पीपीई मोडलमा लैजाने व्यवस्था: सरकारी कार्यालय वा सरकारी पूर्वाधारहरूलाई सार्वजनिक निजी साझेदारी (पीपीपी) मोडलमा लैजाने व्यवस्थाबाट सरकारी संरचनाको दक्षता बढ्ने र निजी क्षेत्रले व्यवस्थापनमा सहकार्य गर्ने अवसर प्राप्त गर्ने देखिएको छ।

- निजी क्षेत्रद्वारा औद्योगिक क्षेत्र सञ्चालन: मोतीपुर र मयूरधाम जस्ता औद्योगिक क्षेत्र निजी क्षेत्रले निर्माण र सञ्चालन गर्न पाउने व्यवस्थालाई सराहनीय शुरुवातको रूपमा लिएका छौं।

- 'लगानी एक्सप्रेस' र स्वचालित रुट: कम्पनी दर्ता, कर र भिसा अनलाइनमार्फत हुने गरी अनलाइन स्वचालित स्वीकृत प्रणाली ल्याउने प्रयास प्रशंसनीय छ।

- व्यापारिक न्यायाधिकरण: व्यावसायिक र व्यापारिक विवादहरूको छिटो समाधानका लागि छुट्टै न्यायाधिकरणको व्यवस्थाबाट उद्योगीहरूको पुँजी फ्रिज हुनबाट जोगिने छ।

- उधारो असुली कानुनी व्यवस्था: बजारको व्यापारिक साख जोगाउन उधारो असुली सम्बन्धी विशेष कानुनी व्यवस्था ल्याउने भनिएकोमा यो व्यवस्था आए अहिलेको अवस्थामा उद्योगी/व्यवसायीहरूको एउटा महत्वपूर्ण समस्यालाई सम्बोधन गर्ने तथा सुरक्षा कवच प्रदान गर्ने देखिन्छ।

समग्रमा भन्नु पर्दा, आर्थिक वर्ष २०८३/८४ को बजेट वक्तव्यले करका दरहरूमा कटौती, व्यक्तिगत आयकर छुटको सीमा वृद्धि र लामो समयदेखिका कर विवादहरू निरूपण गर्दै निजी क्षेत्रको व्यावसायिक मनोबल उच्च बनाउने सकारात्मक प्रयास गरेको बुझेका छौं। औद्योगिक कच्चा पदार्थको भन्सार दरमा कटौती, आन्तरिक उत्पादनको संरक्षण, र ३६० वस्तुको अन्तःशुल्क खारेज गर्ने घोषणाले स्वदेशी उद्योगहरूको प्रतिस्पर्धात्मक क्षमता बढाउन र व्यापारिक लागत घटाउन ठूलो मद्दत पु-याउने हामीले विश्वास लिएका छौं। उत्पादनमूलक उद्योगका लागि विद्युत डिमान्ड शुल्क पुनरावलोकन, जलाशय युक्त जलविद्युतमा विशेष सहूलियत, र ५ मेगावाटभन्दा बढी खपत गर्ने उद्योगसम्म सिधै प्रसारण लाइन पु-याउने व्यवस्थाले ऊर्जा क्षेत्रमा निजी लगानी र औद्योगिक उत्पादकत्वलाई बलियो टेवा दिने छ भने औद्योगिक व्यवसाय ऐन संशोधन गरी प्रशासनिक प्रक्रिया सहज बनाउनु, लीजको जग्गामा निर्मित संरचनालाई बैङ्क धितोका लागि मान्यता दिनु तथा सरकारी पूर्वाधारमा पीपीई मोडल भित्र्याउनु जस्ता व्यवस्थाहरूले मुलुकमा बहु आयामिक लगानीमैत्री वातावरण श्रृजना गर्न महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गर्ने विश्वासका साथ आफ्नो धारणा सार्वजनिक गरेका छौं। अनुपम राठी अध्यक्ष मौरंग उद्योग व्यापार संघ वरारटनगर (मोरड)



विराटनगर। पत्रकारितामा आबद्ध महिला, अपांगता भएका व्यक्ति, आदिवासी जनजाति तथा पिछडा वर्गसंग कोशी प्रदेशको पत्रकारिता क्षेत्रमा देखिएका समस्या र पत्रकार आचारसंहिता विषयक दुईदिने अन्तरक्रिया कार्यक्रम विराटनगरमा सुरु भएको छ।

उद्घाटनका क्रममा मन्त्री पराजुलीले सरकारले गरेको सरकारी विज्ञानपत्रकारी सञ्चारमाध्यमलाई मात्र दिने निर्णय अलोकतान्त्रिक तथा विभेदकारी भएको टिप्पणी गर्दै कोशी प्रदेश सरकारले पत्रकारहरूको क्षमता अभिवृद्धि तथा सञ्चार क्षेत्रको विकासका लागि आवश्यक सहयोग गर्न प्रतिबद्ध रहेको बताए।

कार्यक्रममा नेपाल पत्रकार महासंघका केन्द्रीय सदस्य कमल रिमालले सरकारी विज्ञानपत्र सम्बन्धी निर्णयप्रति असन्तुष्टि जनाउँदै उक्त निर्णयविरुद्ध महासंघ आन्दोलन नरत रहेको जानकारी दिए।

त्यसैगरी, नेपाल पत्रकार महासंघ कोशी प्रदेशका अध्यक्ष भरत खड्काले सञ्चार माध्यमहरू आर्थिक संकटबाट

टाफिक नियमको पालना गरी। सडक सुशासन कायम गरी।

निषेधित लागुऔषध सहित सात जना पक्राउ

विराटनगर। भ्रष्टाचार र उदयपुर जिल्लाको विभिन्न स्थानहरूबाट लागू औषध सहित ७ जना पक्राउ परेका छन्। भ्रष्टाचारको अस्थायी प्रहरी चौकी गरामनीबाट खटिएको प्रहरी

टोलीले विर्तामोड नगरपालिका-७ मियावारी स्थित शेर महमदको घरमा खानतलासी गर्ने क्रममा ४९० मिलिग्राम ब्राउन सुगर सहित शेर महमदलाई पक्राउ गरेको छ।

यसैगरी लागू औषध नियन्त्रण ब्यूरो काँकरभिट्टा र इलाका प्रहरी कार्यालय अनारमनीबाट खटिएको संयुक्त प्रहरी टोलीले विर्तामोड नगरपालिका-५ किरातचोक स्थितमा डेरा गरी बस्ने बुद्धशान्ति गाउँपालिका-२ का २४ वर्षीय मनिप ओडारी, बुद्धशान्ति-१ का ३८ वर्षीय नारायण पौडेल, विर्तामोड नगरपालिका-४ का

२४ वर्षीय रमेश लिम्बू र अर्जुनधारा नगरपालिका-९ का २० वर्षीय जेनिन बास्कोटालाई ५०० मिलिग्राम ब्राउन सुगर सहित पक्राउ गरेको छ। त्यस्तै वडा प्रहरी कार्यालय भद्रपुरबाट खटिएको प्रहरी टोलीले भद्रपुर नगरपालिका-५ मेचीपुल स्थित भारतबाट नेपाल तर्फ आउँदै गरेका मेचीनगर नगरपालिका-१० का ३२ वर्षीय सुरेन्द्र गुरुडालाई ३ ग्राम १२० मिलिग्राम ब्राउन सुगर सहित पक्राउ गरेको छ। यसैगरी जिल्ला प्रहरी कार्यालय उदयपुरबाट खटिएको प्रहरी टोलीले त्रियुगा नगरपालिका-११ गाउँचोक स्थितबाट सोही स्थानका २० वर्षीय जैलाश राईलाई १५ एम्पुल प्रतिबन्धित लागू औषध सहित पक्राउ गरेको छ। पक्राउ परेका ३८ वर्षीय नारायण पौडेल, अनुसन्धान भइरहेको छ।

आर्या न्यूरो हस्पिटल

कञ्चनवारी, विराटनगर-३

निःशुल्क न्यूरो OPD

समय: ११:०० बजे देखि

तलका मध्ये कुनै समस्या देखिएमा

- डाउका हुने, डाउका भारी हुने
- हान खुट्टा हुने, हान खुट्टा चलाउने (Paralysis) हुने
- हान खुट्टा सन्ने, सुत्ने हुने, दिक्कत उठिन सक्ने हुने
- हान खुट्टा मारामात्र नभै, पेट, हात खुट्टा कात्ने
- घोटी पछाडि हुने, खाँड हुने
- मूत्र बाधिएने, ओस्रा बन्द भएने, पुरै कुरा इट्टा हुने

- घाम कुरा क्लिन नाडी हुने, भागी सज्जान
- घाट आवाज सुन्नु हुने
- पक्कल लाग्ने, दिक्कत सक्ने
- मिठी लाग्ने, छारे लाग्ने, बेहोस हुने
- कुरावर विस्म, बेचुरका कुरावर हुने



डा. पंकज राज नेपाल
चरिष्ठ न्यूरो सर्जन तथा प्रबन्ध निदेशक

9802760888

पिछडा वर्गको मगही संस्कृतिमा गणना लागूऔषध सहित

श्याम सुन्दर सुतिहार

वास्तवमा "राम" शब्द एक तर अर्थ अनेक रहेको छ। मगही संस्कृतिमा रामको चरित्र र महत्त्वलाई गणनाको लागि समेत शुभ मानिएको छ। जसरी समुन्द्र र ईनारको तुलना कुनै काल खण्डमा सम्भव छैन त्यसरी नै भगवान रामको अर्थलाई ईनारको एक बाल्टीन पानीको रूपमा यहाँ उल्लेख गर्न प्रयास गरिएको छ। जसरी तिखा लागेको व्यक्तिलाई एक थोपा पानीले स्वाद प्राप्त त हुन सक्छ तर तिखा मेटाउन सक्दैन। त्यसैले रामको बारेमा केही चर्चा मात्र गर्न सकिन्छ। गाँउ घरको लोकाचारीमा वर्षौं देखी प्रयोग हुँदै आएको मान्यता हाम्रा आमजुवा बाजेहरूले राम शब्दलाई बहुत मार्मिक भावले समय समयमा प्रस्तुत गर्नु हुन्थ्यो। त्यसैले एउटा भाव प्रष्ट देखिन्छ कि राम नाम जप गर्नाले संसारको सबै थोक प्राप्त गर्न सकिन्छ।

गणनाको शुरुवात : "राम" शब्द प्रथम अंकको लोक तात्विक नाम हो।

कृषकहरूले वा साहुकारले तौल गर्दा शुरुको तौललाई रामे जी राम भनेर तौलिन्छ। यसको अर्थ पहिलो वा एक वा प्रथम हो। त्यस पछि रामे जी राम दुई। त्यसपछि रामे जी राम तिन। क्रमशः नवम्बरमा गणने चलन छ। त्यसै गन्दा पनि पहिला र्हेयालाई रामे जी राम भनेर गनिन्छ। हरेक ठाउँमा गणना गर्दा पहिलो अंकलाई राम भनेर सम्बोधन गर्ने परम्परा चलिआएको छ। प्रथम अंकलाई राम भन्ने गर्दछ आदी।

मगही संस्कृतिमापुजा

मगहीएउटा विशाल समुदाय हो। यस मगही संस्कृतिमा पुनै जातिहरूले प्रकृति पुजा, विभिन्न देवी देवता र भगवानहरूकोपुजा गरिरहेको छ। यस संस्कृति भित्र सनातन धर्म, आर्य समाज, बौद्ध धर्म, हिन्दु धर्म, कविर पन्थी धर्म विस्तार भएको

छ। सबै धर्महरूमा दैनिक जीवन यापनको लागि आ आफ्नै विधि र विधान रहेको छ। बहुत सौदायपूर्ण जीवन कार्य शैलीमा सबै मिलेर बसेका छन्। सनातन धर्म मान्नेको जनसंख्या बढी छ। सनातन हिन्दु धर्मको प्रचलित व्यवस्था वमोजिम पुजा पाठ गर्दै आएको हो। यस संस्कृति भित्र मगहीजातिहरूको कुल पुजाको बारेमा कसैले चर्चा गरेनन्। यस समुदायको मुख्य पुजा के हो ? कसरी गरिन्छ ? कसले र कहिले गरिन्छ ? यसको तिथि मिति बारे विस्तृत अध्ययन नभएकोले यो कुन पुजा भन्ने बारे कसैलाई जानकारी हुन सकेन।

मगही संस्कृतिमा ३ (तिन) प्रकारको पुजा गरिन्छ।

१) प्रकृति पुजा : घरको गोसाई पुजा, चौरचन, छठ, थान पुजा, नेमान पुजा, जुडसितल, लंगपांघे, अनन्तपुजा, घडी पवनी, चौपारा पुजा, तुलसी विवाह, पिपर बोटको पुजा, वर-पिपल पुजा, जितिया, तिला सकराइत आदी प्रकृति पुजा हुन्।

२) मूर्ति पुजा : राम, सीता, कृष्ण, हनुमान, गणेश, महादेव, विष्णु लक्ष्मी, शंभवी, दुर्गा जस्ता देवी देवताको मूर्तिलाई पुजागर्ने चलन छ। सत्यनारायण भगवानको पुजा, लक्ष्मी पुजा, दुर्गा पुजा, विश्वकर्मा पुजा, सरस्वती पुजा आदी महत्त्वपूर्ण हुन्।

३) कुलवंश / पूर्वाकाको पुजा : एउटा व्यक्तिले आफ्नो पूर्वजको सम्मान गर्न पुजा गर्दछ।

पुजामा प्रयोग हुने सामग्रीहरू दुग्ध, केरा, पान, सपाडी, लड, तलसी पात, केरा पात दूवी, छाप, धुप अगरबत्ति, अंचरी, आदी पुजा समग्रीहरू प्रयोग गरिन्छ।

घर गोसाई (गृहदेवता स्थापित गर्ने विधि) बनाउने विधि :

यस मगही समुदाय भित्र विभिन्न जातजातिहरूमा फरक

फरक संस्कृति हुन्छ। मगही समुदाय प्रकृति पुजक हो। यसको उदाहरण घरको गोसाईको स्थापना र पूजा हो। गृहदेवताको पुजामा कुनै पनि भगवानको मूर्ति वा फोटोको पुजा गर्ने चलन छैन।

१) पांच पुरको माटो ल्याउने त्यस्तो गाँउ जसको नाम पुर मा समाप्त हुन्छ। जस्तै, मोहनपुर, सुधिपुर, रामपुर, हैरपुर, कमलपुर। विहान सुतेर उठेपछि कसैसँग नवोली चुपचाप त्यस्ता गाँउमा पुगेर माटो ल्याउनु पर्ने।

२) हातिसार (हाथी बाँजे स्थान) बाट माटो ल्याउनु पर्ने।

३) दरवारसार्वजनिक स्थान जहाँ न्याय हुन्छ बाट माटो ल्याउनु पर्ने।

४) गंगाको माटो (जसलाई गंगोटी भनिन्छ) बाट ल्याउनु पर्ने।

५) गंगा जल ल्याउनु पर्ने। विधि पूर्वक यी सबै माटो र गंगा जललाई एक ठाँउमा राखेर एउटा हिस्को (पिरी) बनाइन्छ। यो पिरी सब भन्दा पवित्र मानिन्छ। लाई घरगोसाई (गृहदेवता) भनिन्छ।

यस पिरी (गृह देवता)लाई भावपूर्वक परम्परागत तरिकाले पुजा गर्ने चलन छ। त्यसैले मगही संस्कृतिमा समुदाय प्रकृति पुजक हो। यस पुजामा पानी र चिनीको लडु मात्र चढाइन्छ। बजारमा बनेको लडु गृहदेवताको पुजामा चढाउन पाइदैन। गोसाईघर छुट्टै हुन्छ। एउटै जाति समुदायमा फरक फरक घरगोसाईहरू हुन्छ। जस्तै, कारिख धर्मराज, सो खा, कालिवन्दी गोरैया, मानिकपुर मानिकपुरी राउत, सो खा शम्भुनाथ, धर्मराज गहिल, गोविन्द गणेश, जत्था, नरसिंह गोसाई, भगवति, पचदेवी, गोसाई, विसहरी आदी। यस पुजामा कुनै भगवानको फोटो

नगारिकको दैनिक जीवनमा नागरीती थपेको पृष्ठभूमिमा, बजेटले सूचना प्रविधि र स्टार्टअपलाई रणनीतिक उद्योग मानेर जुन आधुनिक बाटो समात्ने प्रयास गरेको छ, त्यो भने सहानीय छ। आईटी नियन्त्रण कर छुट र फ्रिलान्सरलाई दिइएको सुविधाले युवापुस्तालाई देशमै उद्यमशीलताको अवसर दिने एउटा सकारात्मक आधार पक्कै तयार गरेको छ।

यो आधार थप बलियो बनाउन बजेटले एआई केन्द्र स्थापना गर्ने तथा नेपाल टेलिकमको संरचनागत पुनर्संरचना वा सेयर व्यवस्थापन संग सम्बन्धित महल अधि सारको छ। त्यसमै सूचना प्रविधि क्षेत्रमा कार्यरत पेशागत जनशक्तिका लागि स्वेट सेयर सम्बन्धी कर छुटको व्यवस्था पनि उल्लेख गरिएको छ, जसले डिजिटल अर्थतन्त्रतर्फ प्रोत्साहन दिने प्रयासलाई थप बलियो बनाउँछ। अनलाईन खबरबाट

करका नीतिहरूले आम

मगही संस्कृतिमा आदर गर्ने विधि

मगही समुदायमा एक अर्को प्रति भाव प्रगत गर्ने, सम्मान व्यक्त गर्ने, आदर गर्ने केही विधिहरू छन्।

- १) दूवै हात जोडेर नमस्ते नमस्कार गर्ने।
- २) खुट्टा छोएर होग्ने र आशिर्वाद लिने।
- ३) हाथ मिलाएर मित्रताको प्रगत गर्ने।
- ४) कंधामा कंध मिलाएर एक अर्कोलाई सम्मान गर्ने।

श्रीपंचमीमा हलको पुजा श्रीपंचमीलाई बसन्त पंचमी भनिन्छ। प्राय यो पुजा माघ महिनामा पर्दछ। किसानले काठको हलबाट फाली निकालेर लोहार (बढई) कहाँ गएर धार बनाउने र थोरै धान तताएको फाली माथि राखेर लवाउने चलन छ। फालीमा धार बनाएर पुन हलमा जोडेर खेतमा अढाई मोड घमाउने/जोत्ने चलन छ। त्यसपछि खेतवारीबाट अढाई मोड जोतेर आएपछि आंगनामा लिपपोत गरी हलो राख्ने चलन छ। लिपपोत गरेको ठाँउ र हलो, पालो जुवा) मासिन्दुर पिठार लगाउने चलन छ।

हलोको नाशलाई धानले छोप्ने गरिन्छ। अढाई मोड जोत्ने काम हकी (हरवाह) ले गर्दछ। हलोको नाश लाई छोप्न लागेको सबै धान हली (हरवाह) को हुन्छ। उक्त हलीको वर्षभरी त्यो किसानको हलो जोत्ने परम्परा छ। उक्त हलीको पिठमा सिन्दुर पिठारमा पंजा छाप लगाउने गरिन्छ।

हरको नाश सबैको आस भन्ने मगही उखान चरिमा छ। यसको अर्थ हलोले खेतमा जोतेपछि अन्न बाली उब्जाइन्छ। ति अन्नबालीको उपयोगले मान्छेको जीवन छ। यो पर्व आधुनिकीकरणको कारणले लोप हुन लागेको अवस्था छ।

मगही संस्कृतिमा एक अर्को प्रति भाव प्रगत गर्ने, सम्मान व्यक्त गर्ने, आदर गर्ने केही विधिहरू छन्।

श्रीपंचमीमा हलको पुजा श्रीपंचमीलाई बसन्त पंचमी भनिन्छ। प्राय यो पुजा माघ महिनामा पर्दछ। किसानले काठको हलबाट फाली निकालेर लोहार (बढई) कहाँ गएर धार बनाउने र थोरै धान तताएको फाली माथि राखेर लवाउने चलन छ। फालीमा धार बनाएर पुन हलमा जोडेर खेतमा अढाई मोड घमाउने/जोत्ने चलन छ। त्यसपछि खेतवारीबाट अढाई मोड जोतेर आएपछि आंगनामा लिपपोत गरी हलो राख्ने चलन छ। लिपपोत गरेको ठाँउ र हलो, पालो जुवा) मासिन्दुर पिठार लगाउने चलन छ।

२३ जना पक्राउ



विराटनगर। भ्रुपा, मोरङ र सुनसरी जिल्लाको विभिन्न स्थानहरूबाट लागू औषध सहित ११ जनालाई प्रहरीले पक्राउ गरेको छ।

भ्रुपाको इलाका प्रहरी कार्यालय काँकरभिट्टा र लागू औषध नियन्त्रण ब्युरो काँकरभिट्टाको प्रहरी टोलीले चेकजाँचको क्रममा मेचीनगर नगरपालिका-१४ का आकाश चौधरीलाई १६ ग्राम ४०० मिलिग्राम ब्राउन सुगर सहित, प्रहरी चौकी टाघनडुब्बाले पक्राउ गरेको थियो।

दमक नगरपालिका-१० का सुरज राय र विराटनगर-३ का बाबुराम दर्जीलाई १४ ग्राम ८१० मिलिग्राम ब्राउन सुगर सहित र इलाका प्रहरी कार्यालय अनारमनीले अर्जुनधारा नगरपालिका-७ का विनोद मगर, भोजपुर हनुवागढी गाउँपालिका-४ का सागर राईलाई ५ किलो ९० ग्राम गाँजा सहित पक्राउ गरेको थियो।

मोरङको अस्थायी प्रहरी चौकी कुशलबजारले पथरी शानिश्चरे नगरपालिका-८ का रविन माफी, दुर्गा राई, पवन खत्री र कानेपोखरी गाउँपालिका-५ का रमल नेपालीलाई २०० मिलिग्राम ब्राउन सुगर सहित पक्राउ गरेको थियो।

सुनसरीको अस्थायी प्रहरी चौकी जोरसखुवाले धनकुटा साँगुरीगढी गाउँपालिका-९ का विनोद राई र विशाल राईलाई ३७० मिलिग्राम ब्राउन सुगर सहित पक्राउ गरेको थियो।

जेठ १८ गते चेकजाँचको क्रममा जिल्ला प्रहरी कार्यालय भ्रुपा र लागू औषध नियन्त्रण ब्युरो काँकरभिट्टाको प्रहरी टोलीले कचनकवल गाउँपालिका-६ स्थितबाट भारत किसानगंजका युबेद राजालाई ६९ ग्राम ६०० मिलिग्राम ब्राउन सुगर सहित र बडा प्रहरी कार्यालय भद्रपुरले कचनकवल गाउँपालिका-४ का हेमन्त विश्वकर्मांलाई ५ ग्राम १२० मिलिग्राम ब्राउन सुगर सहित नियन्त्रणमा लिएको थियो।

यसैगरी मोरङको धनपाल थान गाउँपालिका-३ र रंगेली नगरपालिका-४ चोप्राहवाट

इलाका प्रहरी कार्यालय रंगेली र लागू औषध नियन्त्रण ब्युरो विराटनगरको टोलीले रंगेली-११ जनालाई प्रहरीले पक्राउ गरेको छ।

इलाका प्रहरी कार्यालय रंगेली-२ का नविन निरौलालाई ७ ग्राम ४०० मिलिग्राम ब्राउन सुगर सहित र सुन्दरहरैचा नगरपालिका-७ का सुरज परियारलाई १३ ग्राम ८६० मिलिग्राम ब्राउन सुगर सहित पक्राउ गरिएको थियो।

भ्रुपाको मेचीनगर नगरपालिका-६ मेचीडाँडा स्थितबाट लागू औषध नियन्त्रण ब्युरो काँकरभिट्टा र इलाका प्रहरी कार्यालय काँकरभिट्टाबाट खटिएको संयुक्त प्रहरी टोलीले काठमाण्डौका ३२ वर्षीय रोशन कार्कीलाई ४८ ग्राम ६० मिलिग्राम ब्राउन सुगर सहित, मेचीनगर नगरपालिका-१४ गाउँपालिका-४ का ३२ वर्षीय विश्वनाथ राजवंशीलाई २ ग्राम २५० मिलिग्राम ब्राउन सुगर सहित पक्राउ गरेको थियो।

त्यसैगरी सुनसरीको वराह क्षेत्र नगरपालिका-५ स्थितबाट प्रहरी चौकी भरोल सुनसरीले भारत अररियाका २० वर्षीय दयानन्द यादवलाई प्रतिबन्धित लागू औषध टामाडोल-११ हजार ६९० क्याप्सुल, पक्राउ गरेको थियो।

इलाका प्रहरी कार्यालय इटहरीले २९ वर्षीय अभिषेक चौधरीलाई १ ग्राम ५४० मिलिग्राम ब्राउन सुगर सहित पक्राउ गरेको छ। यस्तै जिल्ला प्रहरी कार्यालय सुनसरीले रामधुनी नगरपालिका-३ का रपेश चौधरीलाई ५ ग्राम ५४० मिलिग्राम ब्राउन सुगर सहित इनरुवा-६ स्थितबाट पक्राउ गरेको थियो।

खेट...

प्रतिशतमा भ्रुपा यसैको महत्त्वपूर्ण कडी हो।

यसले जागिरे तथा मध्यम वर्गको हातमा खर्चयोग्य आम्दानी बढाउने अपेक्षा गरिएको छ, जसबाट उपभोग विस्तार भई बैकिङ, अटोमोबाइल, रिथल इस्टेट र खुद्रा व्यापारजस्ता क्षेत्रहरू लाभान्वित हुन सक्नेछन्। त्यस्तै ३ सय ६० बस्तुमा अन्तःशुल्क हटाउनु र २ सय ७३ औद्योगिक कच्चापदार्थमा भन्सार महसुल घटाउनु स्वदेशी उद्योगलाई प्रतिस्पर्धी बनाउने सकारात्मक कदम पनि

कर तिरोँ, राजश्व बढाऔँ

कर तिर्नु कानूनी अधिकार मात्र नभएर सम्मान पाउने अवसर पनि हो। त्यसैले कर तिरोँ देशको राजश्व बढाऔँ।
स्वाधी लेखा नम्बर लिनुहोस् हुक भएर व्यवसाय सञ्चालन गर्नुहोस्।
लेखा राखी हिसाबमा भर, हजुवामै नतिरोँ कर कर्तव्य ठानेर कर तिरोँ नबनेपाल विभाणामा सहभागी बनी। सामान किनी गतिलो छानेर बिल मागौँ अधिकार ठानेर।
अन्तरिक राजश्व कार्यालय विराटनगर