प्रकाशनबारे जानकारी

१. प्रहरी २०१६ सालमा प्रकाशन आरम्भ गरेको द्वैमासिक प्रकाशन हो । ६६ वर्षदेखि अविछिन्न नेपाली भाषा र साहित्यको श्रीवृद्धिमा लागि परेको यस ऐतिहासिक प्रकाशन सम्पूर्ण लेखक तथा स्रष्टा महानुभावहरूको आफ्नो पत्रिका हो । तसर्थ प्रहरी द्वैमासिक प्रकाशन सम्पूर्ण लेखक तथा स्रष्टा महानुभावहरूबाट लेख रचनाको अपेक्षा गर्दछ ।

२. लेख रचना सोभै नेपाल प्रहरी प्रधान कार्यालयस्थित जनसम्पर्क शाखामा आई पेनड्राइभमार्फत उपलब्ध गराउन सकिनेछ । साथै यस कार्यालयको इमेल ठेगाना phqprs@nepalpolice.gov.np वा phqprs@gmail.com मा पठाउन सकिनेछ ।

३. प्रहरी द्वैमासिकमा प्रहरीसँग सम्बन्धित विषयमा लेखिएका पेसागत लेखहरू, ऐन कानूनसँग सम्बन्धित लेखहरूका साथै अपराध अनुसन्धान, प्रहरी कार्य, उद्धार आदिका विषयमा तयार गरिएका लेखहरूलाई विशेष प्राथमिकतामा राखिनेछ । यसको साथै यस पत्रिकामा कविता, गजल, गीत, निबन्ध, संस्मरण, कला दर्शनलगायत साहित्यका विविध विधाहरू पनि समावेश गरिनेछ । समालोचना र पुस्तक समीक्षालाई पत्रिकामा समावेश गराइने छैन ।

४. रचना स्वीकृत गर्ने र काटछाँट गरी सम्पादन गर्ने अधिकार सम्पादकमा निहित रहनेछ ।

५. हालसम्म अप्रकाशित स्तरीय खोजमूलक मौलिक ताजा लेख र विशुद्ध साहित्यिक सिर्जना सदैव स्वागत योग्य छ ।

६. लेखकलाई प्रकाशित लेखको यथोचित पारिश्रमिक प्रदान गरिनेछ । पारिश्रमिकका लागि लेखकहरूको बैंक खाता नम्बर र स्थायी लेखा नं. अनिवार्य यस नेपाल प्रहरी प्रधान कार्यालय, जनसम्पर्क शाखाको इमेल ठेगानामा पठाउन हुन सम्पूर्ण लेखकवृन्दमा प्रहरी द्वैमासिक हार्दिक अनुरोध गर्दछ ।

७. प्रहरी द्वैमासिक पत्रिका २०७७ वैशाख-जेठ अंकदेखि नेपाल प्रहरीको वेबसाइटः www.nepalpolice.gov.np र nepol.cd मा राखिँदै आएको हुँदा सम्पूर्ण महानुभावहरूमा जानकारीको लागि अनुरोध गरिएको छ ।

- प्रहरी द्वैमासिक प्रकाशन

सम्पर्क

नेपाल प्रहरी प्रधान कार्यालय

जनसम्पर्क शाखा, नक्साल, काठमाडौं

फोन नं.: ०१-५७१९८२८, एक्सटेन्सनः १९३

इमेलः phqrs@nepalpolice.gov.np/phqprs@gmail.com

वेबसाइट : www.nepalpolice.gov.np

प्रहरी PRAHARI

कार्तिक - मंसिर २०८१

ISSN 2661 6122

9 772661 612205

नेपाल प्रहरी

सत्य सेवा सुरक्षणम्

प्रहरी PRAHARI

द्वैमासिक प्रकाशन

प्रकाशन आरम्भ : २०१६ जेठ वर्ष ६६, अंक ४ कार्तिक - मंसिर २०८१

प्रहरी

मे.अ.द.न. ६४/१५८

द्वैमासिक प्रकाशन

वर्ष : ६६ अंक : ४ २०८१ कात्तिक-मंसिर

सल्लाहकार

प्र.व.उ. विश्व अधिकारी

प्रधान सम्पादक

प्र.ना.उ. चन्चला श्रेष्ठ

सम्पादक

प्र.व.ना.नि. सरस्वती बुढाथोकी

आवरण

प्र.नि. कल्पना अधिकारी

कम्प्युटर

प्र.व.ना.नि. संगीता कार्की

आवरण छपाइ

ओझा प्रिन्ट एण्ड ट्रेड प्रा.लि.
बागबजार

छपाइ प्राविधिक

प्र.व.ना.नि. गोपाल ब.थापा
प्र.स.नि. शरणजंग भण्डारी
प्र.ज. चुडामणी भट्ट
प्र.ज. चन्द्र भण्डारी

प्रकाशक

नेपाल प्रहरी प्रधान कार्यालय, नक्साल ।

सम्पादकीय...

लैङ्गिक हिंसा विरुद्धको अभियानमा नेपाल प्रहरी

लैङ्गिक हिंसा विश्वभरिकै एक ठूलो समस्याको रुपमा रहेको छ । महिला, पुरुष वा लैङ्गिक तथा यौनिक अल्पसङ्ख्यक भएकै आधारमा पेशा, अध्ययन, कार्यस्थल, परिवार तथा समाजमा वा कुनै पनि ठाउँमा हिंसा हुन्छ भने त्यो लैङ्गिक हिंसा हो। संयुक्त राष्ट्र संघको महासभाले प्रत्येक वर्ष नोभेम्बर २५ तारिखलाई महिला हिंसा निर्मूल सम्बन्धी अन्तर्राष्ट्रिय दिवसको रुपमा विश्वभर मनाउने निर्णय गरेबमोजिम नोभेम्बर २५ देखि डिसेम्बर १० सम्म विश्वभर नै लैङ्गिक हिंसा विरुद्धको १६ दिने अभियान सञ्चालन हुने गरेको छ। पहिले यो अभियान महिला केन्द्रित मात्र थियो तर हाल समयको परिवर्तनसँगै हिंसा सबै लिङ्ग तथा वर्गलाई हुन सक्छ भन्ने सचेतनाका साथ यो अभियान सञ्चालन हुने गरेको छ। यस वर्ष नेपालमा पनि ३३औं लैङ्गिक हिंसा विरुद्धको १६ दिने अभियान 'हामी सबैको प्रतिबद्धता, लैङ्गिक हिंसा अन्त्यको लागि ऐक्यबद्धता' भन्ने राष्ट्रिय नाराका साथ मंसिर १० गतेबाट मंसिर २५ गतेसम्म (नोभेम्बर २५ देखि डिसेम्बर १० सम्म) विभिन्न महिला हिंसा विरुद्धका जनचेतनामूलक कार्यक्रमहरू सञ्चालन गरी सम्पन्न भयो।

नेपाल प्रहरी पनि अन्य संघसंस्था जस्तै महिला तथा बालबालिका विरुद्ध हुने अपराध रोकथामको लागि कार्य गर्ने सक्रिय संगठन हो। नेपाल प्रहरीमा

महिला हिंसा विरुद्धका मुद्दाहरूको अनुसन्धान गर्नको लागि सर्वप्रथम वि.स २०५१ सालमा महिला सेलको स्थापना गरिएको थियो । हाल यसको स्तरवृद्धि भई केन्द्रमा महिला, बालबालिका तथा जेष्ठ नागरिक सेवा निर्देशनालय र मातहतमा महिला, बालबालिका तथा जेष्ठ नागरिक सेवा केन्द्र रहेको छ । यस सेवा केन्द्रले लैङ्गिक हिंसाबाट पीडित र प्रभावित महिला, बालबालिका तथा जेष्ठ नागरिकहरूलाई उजुरी गर्ने सहज वातावरण प्रदान गरी न्यायमा सहज पहुँच सुनिश्चित गर्ने, महिला, बालबालिका तथा जेष्ठ नागरिक विरुद्ध हुने अपराधको अनुसन्धान गर्ने तथा हिंसा सम्बन्धी विभिन्न जनचेतनामूलक कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने गर्दछ ।

लैङ्गिक हिंसा विरुद्दको १६ दिने अभियानमा सदाझैँ यस वर्ष नेपाल प्रहरीले राष्ट्रिय नाराका साथै 'लैङ्गिक विभेदमा शून्य सहनशीलता, सुरक्षित समाजका लागि ऐक्यबद्धता' भन्ने आफ्नो नारा सहित विभिन्न जनचेतनामूलक कार्यक्रमहरू जस्तैः बाल विवाह बहुविवाह, बोक्सीको आरोप, घरेलु हिंसा, लैङ्गिक हिंसा आदि सम्बन्धमा भिडियो प्रर्दशन, जिङ्गल बजाउने, घरदैलो कार्यक्रम सञ्चालन, स्कुल कलेज, महिला समूह र क्लबहरूलाई सचेतना कक्षा आदि सञ्चालन गऱ्यो । नेपाल प्रहरी प्रधान कार्यालय, अपराध अनुसन्धान विभाग, महिला, बालबालिका तथा जेष्ठ नागरिक सेवा निर्देशनालयको तथ्याङ्क अनुसार यस १६ दिने अभियानमा ७ वटै प्रदेश र उपत्यका प्रहरी कार्यालय गरी नेपाल प्रहरीबाट ३,८५६ कार्यक्रमहरू सञ्चालन भए भने यसबाट ३,१७,६९९ जना नागरिक लाभान्वित भएका छन् । त्यसैगरी यस अभियानको अवसरमा नेपाल प्रहरी प्रधान कार्यालय, अपराध अनुसन्धान विभाग, महिला, बालबालिका तथा जेष्ठ नागरिक सेवा निर्देशनालयले लैङ्गिक हिंसाको वार्षिक तथ्य पत्र प्रकाशन गरेको छ जसमा आ.व. २०८०/०८१ को श्रावणदेखि आषाढ मसान्तसम्मको लैङ्गिक हिंसाको विवरण रहेको छ। यस तथ्य पत्र अनुसार आ.व.२०८०/०८१ मा देशैभरमा जम्मा २०,९५४ लैङ्गिक हिंसा सम्बन्धी घटनाको मुद्धा दर्ता भएको छ।

लैङ्गिक हिंसा विरुद्धको अभियानमा सरकारी तथा गैरसरकारी संस्थाहरूले आ-आफ्नो तर्फबाट जुन कार्य गरिरहेका छन् त्यो अत्यन्तै सर्हानीय छ । यस्तै विभिन्न अभियानकै कारण हिंसा सहेर बस्नु हुन्न भन्ने चेतना मानिसहरूलाई हुन थाले सँगै लैङ्गिक हिंसाको घटनाहरू हाल बाहिरिन थालेका छन् । अझै पनि जो विकट ग्रामीण भेगमा बस्छन् उनीहरू आफ्नो हक र अधिकार सम्बन्धी बनेको कानूनबारे जानकार छैनन् । कति त अझै हिंसा सहेर बस्न बाध्य छन् । त्यसकारण लैङ्गिक हिंसा सम्बन्धी विभिन्न जनचेतनामूलक कार्यक्रमहरूलाई सम्पूर्ण सरकारी तथा गैरसरकारी संघ संस्थाहरूले केन्द्रबाट विकट ग्रामिण भेगमा लान सके अझ प्रभावकारी हुन सक्छ ।

विषयसूची

व्यावसायिक सामग्री

♦ अपहरण तथा शरीर बन्धक सम्बन्धी...	✍ सहन्यायाधिवक्ता सोमकान्ता भण्डारी	१
♦ तनाव व्यवस्थापन	✍ प्र उ ज्ञानेन्द्र प्रसाद फुयाल	११
♦ डिजिटल ठगीको पासो बन्दै सामाजिक...	✍ प्र ना उ जनार्दन घिमिरे	२९
♦ ट्राफिक नियम जानौं पनि मानौं पनि	✍ प्र व.ना.नि विष्णु थापा	४४
♦ विपद् व्यवस्थापनमा नेपाल प्रहरीको...	✍ प्र व ना नि सरस्वती बुढाथोकी	५७
♦ महिला, बालबालिका तथा जेष्ठ नागरिक..	✍ प्र स नि अम्बिका के.सी	९९

साहित्य / विविध

♦ मोह र विवेक	✍ पूर्व प्र ना म नि ई महेशसिंह कठायत	८
♦ रङ्ग	✍ लीलाराज दाहाल	१०
♦ फोर्चेसँग दिबुचेको बखान	✍ युवराज नयाँघरे	१६
♦ पुष्प व्यवसायको आर्थिक पाटो	✍ सुर्दशन अधिकारी	३२
♦ प्रेम या डर ?	✍ डा गितु गैरे	३६
♦ काला बिराला, खुर्सानी-कागती....	✍ अधिवक्ता प्रेमराज सिलवाल	४०
♦ बरगाछी	✍ ममता मृदुल	४७
♦ नेपाली कवितामा मृत्यु चिन्तन	✍ बद्रीप्रसाद ढकाल	४८
♦ जीवन छक्क	✍ बिन्दु अधिकारी ढकाल	५४
♦ रुमलिँदै हिँड्दा पूर्व सहकर्मीसँग....	✍ घनबहादुर थापा	६१
♦ फेरिएको परिवेश, रंगहिन पर्वहरु	✍ प्र स नि नवराज विष्ट	६५
♦ विकास र समृद्धिका निम्ति युवा...	✍ रत्न प्रजापति	६७
♦ चिन्तन मनन	✍ अच्युतप्रसाद पौडेल 'चिन्तन'	७२
♦ उपदेश र आचरण	✍ राजेशमान के.सी	७८
♦ ज्युँति	✍ दीपा भट्ट जोशी	८०
♦ पहिचान	✍ गंगा खड्का	८२
♦ विश्वव्यापी बन्दै साइनो कविता	✍ डा छायादत्त न्यौपाने 'बगर'	८३
♦ एउटा कुरा	✍ रन्जना पराजुली लम्साल	९४
♦ फर्सीको विश्व कीर्तिमान र परिचय	✍ त्रिचन्द्र प्रतीक्षा	९६

♦ परिणाम ✍ मुरारीराज मिश्र १०१
♦ सरकारी जागिर कि विदेश ✍ प्र स नि रबिन्द्र कलौनी १०२
♦ तामाङ समुदायमा विवाह परम्परा... ✍ प्र स नि सुर्यध्वज तामाङ १०६

गीत / कविता /गजल

♦ गीत ✍ उर्मिला पन्त पाण्डेय ७
♦ चखेवा चरी ✍ ललिता 'दोषी' ३५
♦ बास बस्ने बैंस ✍ इन्द्र कुमार श्रेष्ठ 'सरित्' ४३
♦ आधुनिक जल्लादहरु ✍ राजबाबु श्रेष्ठ 'सागर' ५३
♦ जीन्दगानी ✍ डा बमबहादुर थापा 'जिताली' ५६
♦ यो देश नेपालको प्रकृति २... ✍ प्र स ह गोबिन्द राज ओझा ६०
♦ गजल ✍ प्र ज मस्त पुन मगर ६४
♦ गीत ✍ अर्जुनबाबु तिवारी 'गोरख' ६६
♦ 'म हुँ राष्ट्र सेवक' ✍ स प्र व ह दोर्ण बहादुर कुँवर ७७
♦ योद्धाहरु ती ✍ बेनी बहादुर थापा ७९
♦ उद्यान मेरो ✍ पदम दाहाल ९५
♦ अर्काको मान्छे ✍ शशीश्री आचार्य ९८
♦ आत्मलाप ✍ हरिकृष्ण घिताल 'एच के' १०५
♦ गीत ✍ यशु श्रेष्ठ १०९

स्थायी स्तम्भ

♦ इतिहासको पानाबाट ११०
♦ नेपाल प्रहरीसम्बन्धी केही जानकारीहरु संकलन : प्र व ना नि संगीता कार्की १११
♦ रसबस संकलन : प्र स नि शरणजंग भण्डारी १११
♦ सर्वोच्च अदालतबाट प्रतिपादित नजिरहरु संकलन : प्र नि सुरेश कुमार हायु ११२

प्रकाशित लेखको दायित्व लेखक स्वयम्मा रहनेछ ।

अपहरण तथा शरीर बन्धक सम्बन्धी अपराध

✍ सहन्यायाधिवक्ता
सोमकान्ता भण्डारी[°]

१. भूमिका

अपहरण वा शरीर बन्धक सम्बन्धी कसूर व्यक्ति विरुद्ध गरिने एक गम्भीर प्रकृतिको अपराध हो । यो अपराध आफैंमा साध्य नभई अन्य कुनै निषेधित गैरकानूनी उद्देश्य हासिल गर्नको लागि माध्यमको रूपमा गरिने आपराधिक कार्य हो र अधिकांश अवस्थामा यो कसूर संगठित रूपमा वा संगठित आपराधिक समूहद्वारा गर्ने गरेको पाइन्छ । त्यसैले यसलाई संगठित अपराधको एउटा स्वरूपको रूपमा पनि लिने गरिन्छ ।[१] व्यक्तिलाई अपहरण गरी वा शरीर बन्धक लिई फिरौतीको रकम (मुक्ति शुल्क) असुल उपर गर्ने, हत्या लगायतका अन्य आपराधिक कार्य गर्ने गराउने, जबरजस्ती करणी, यौन दुराचार, जीउ मास्ने बेच्ने जस्ता अन्य आपराधिक कार्य गर्ने गराउने प्रयोजनको लागि पनि अपहरण गर्ने तथा शरीर बन्धक लिने कसूरहरू हुने गरेको पाइन्छ ।[२]

२. परिभाषा

२.१ अपहरण

'अपहरण' भन्नाले कुनै स्वार्थ साध्ने वा पैसा कमाउने उद्देश्यले कुनै व्यक्तिलाई जबरजस्ती उठाएर लैजाने काम हो ।[३] 'अपहरण' भन्नाले जोरजुलुम वा जालसाज गरी कुनै स्त्रीलाई निजको इच्छा विरुद्ध लैजाने काम, फौजदारी कानूनमा कसैको पत्नी, बच्चा वा आश्रितलाई जालसाज गरी, ललाई फकाई वा खुला हिंसाबाट लगिने कसूर तथा कुनै स्त्रीलाई

°एलएल. एम. (फौजदारी कानून र संवैधानिक कानून) सहन्यायाधिवक्ता ।

१. प्रा.डा. रजितभक्त प्रधानाङ्ग र सोमकान्ता भण्डारी (२०७७), फौजदारी कानूनको परिचय, (चौ.सं.), लुम्बिनी प्रकाशन, काठमाडौँ, पृ. ४५७ ।

२.फौजदारी कसूर सम्बन्धी प्रचलित कानूनलाई संशोधन र एकिकरण गर्न बनेको विधेयक अपराध संहिता, २०६७, दफाबार व्याख्यात्मक टिप्पणी, ललितपुरः राष्ट्रिय न्यायिक प्रतिष्ठान, २०७० ७, पृ. ३४१ ।

३. ने.प्र.प्र. (२०६७), नेपाली बृहत् शब्दकोश (पुनमुद्रित, संशोधित र परिवर्धित सातौँ संस्करण), कमलादी, काठमाडौँ : नेपाल प्रज्ञा प्रतिष्ठान, पृ. ५६ ।

विवाह गर्ने र रखौटी बनाउने वा वेश्यावृत्ति गराउने उद्देश्यका लागि गैरकानूनी रूपमा बन्दी बनाउनु वा भगाउनु हो ।[४] कुनै व्यक्तिलाई निजको इच्छा र सहमति बेगर डर, धाक र धम्की दिई वा बल प्रयोग गरी कुनै एक स्थानबाट अर्को स्थानमा जान बाध्य पार्ने वा निजलाई लैजाने कार्य यस सम्बन्धी कसूर हो । [५]

मुलुकी अपराध संहिताको दफा २११ को उफदपा (१) ले "कसैले कुनै व्यक्तिलाई अपहरण गर्न गराउन हुँदैन" भन्ने व्यवस्था गरी अपहरण गर्नु (Commit) वा गराउनु (Cause to Commit) लाई निषेध वा अपराधीकरण (Criminalization) गरेको छ। संहिताको दफा २११ को उपधारा (२) ले "कसैले देहायको कुनै काम गरेमा निजले अपहरण गरेको मानिनेछ" भन्ने व्यवस्था गरेको छ :

(**क**) कुनै व्यक्तिलाई बल प्रयोग गरी वा सो प्रयोग गर्ने धम्की दिई, छलकपट गरी वा डर त्रासमा पारी, जोर जुलुम गरी, हातहतियार देखाई वा नदेखाई वा झुक्यानमा पारी वा नशालु पदार्थ वा मादक पदार्थ सेवन गराई वा कुनै व्यक्ति यात्रा गरी रहेको सवारी साधन कुनै किसिमले कब्जा वा नियन्त्रणमा लिई वा त्यस उपर कुनै किसिमले नियन्त्रण गरी निजलाई कुनै ठाउँमा लगेमा वा जान बाध्य गराएमा वा,

(**ख**) कुनै व्यक्तिलाई निजको मञ्जुरी विना वा बालबालिका वा शारीरिक अशक्तताको कारणले अरुको आश्रयमा बसेको वा मानसिक अस्वस्थताको कारणले होस ठेगानमा नरहेको व्यक्तिलाई निजको बाबु आमा वा संरक्षकको मञ्जुरी विना वा झुक्यानमा पारी जबरजस्ती कुनै ठाउँमा लगेमा।

'Kidnapping' को पर्यायबाची शब्दको रूपमा 'Abduction' लाई लिइन्छ।

२.२ शरीर बन्धक

'बन्धक' भन्नाले पैसा असुल्ने दृष्टिले कसैलाई थुनी राख्ने काम भन्ने बुझिन्छ। मुलुकी अपराध संहिताको दफा २१२ (१) मा "कसैले कसैको शरीर बन्धक लिन हुँदैन" भन्ने व्यवस्था गरी शरीर बन्धक लिने (Hostage Taking) कार्यलाई निषेध वा अपराधीकरण गरिएको छ । संहिताको दफा २१२ (२) ले "कसैले कुनै व्यक्तिलाई निजको मञ्जुरी विना वा बालबालिका र होस ठेगान नभएको व्यक्ति भए निजको आमा बाबु वा संरक्षकको मञ्जुरी विना बल प्रयोग गरी वा सोको धम्की दिई, डर त्रास देखाई, जोर जुलुम गरी, हातहतियार देखाई वा नदेखाई छलकपट गरी, झुक्यानमा पारी, नशालु

४. टोपबहादुर सिंह (२०७२), कानूनी शब्दकोश (संशोधित तथा परिवर्धित चौथौं संस्करण), काठमाडौंः पैरवी प्रकाशन, पृ. ३९ ।

५. पूर्वपाद टिप्पणी नं. १, पृ. ४५७ ।

वा मादक पदार्थ सेवन गराई, यातायातको साधन वा रहे बसेको ठाउँ कब्जा गरी वा नियन्त्रणमा लिई थुनामा वा नियन्त्रणमा राखेमा शरीर बन्धक लिएको मानिनेछ।

मुलुकी अपराध संहिताको दफा २१३ (३) ले "मानसिक रूपमा अस्वस्थ व्यक्तिलाई निजको बाबु, आमा वा संरक्षकको मञ्जुरी लिई असल नियतबाट सम्बन्धित व्यक्तिको हितको लागि उपचार गर्ने क्रममा वा अन्य कुनै प्रयोजनको लागि कसैको निगरानी वा नियन्त्रणमा राखिएकोमा शरीर बन्धक लिएको मानिने छैन" भन्ने व्यवस्था गरेको छ।

३. अपहरण गरी शरीर बन्धक लिने कसूर

मुलुकी अपराध संहिता, २०७४ ले अपहरण वा शरीर बन्धक लिने अपराध छुट्टाछुट्टै पनि गर्न सक्ने र अपहरण गरी शरीर बन्धकमा पनि लिन सक्ने गरी यो अपराधको छुट्टै व्यवस्था गरिएको छ। संहिताले अपहरण र शरीर बन्धक अपराध अलग अलग हो। साथै अपहरण गरी शरीर बन्धक गरेको पनि हुन सक्ने परिकल्पना गरेको छ। यदि अपहरण गरी शरीर बन्धक लिएको अवस्थामा सो अपराधलाई व्यक्ति विरुद्धका अपराधमा कर्तव्य ज्यान र निश्चित उमेरका पीडित उपर हुने जबरजस्ती करणीमा हुने अपराध पछि गम्भीर अपराधको रुपमा लिएको छ। मुलुकी अपराध संहिता, २०७४ को दफा २१४ को उपदफा (१) ले अपहरण गरी शरीर बन्धक लिने अपराधलाई कसूर कायम गरी सजायको व्यवस्था गरेको छ। सो दफा अनुसार "दफा २११ बमोजिम अपहरण गरी दफा २१२ बमोजिम शरीर बन्धक लिने व्यक्तिलाई दश वर्षदेखि पन्ध्र वर्षसम्म कैद र एक लाखदेखि एक लाख पचास हजार रुपैंयासम्म जरिबाना हुनेछ" भनी व्यवस्था गरी अपहरण गरी शरीर बन्धक लिएकोमा सबैभन्दा बढी सजाय हुने व्यवस्था गरेको छ। यसर्थ, अपहरण वा शरीर बन्धकको कसूर अन्तर्गत यो तेस्रो किसिमका वर्गीकरण गरी अध्ययन गर्न सकिन्छ।

४. अपहरण वा शरीर बन्धक लिने कसूरमा समानता र भिन्नता

५. अपहरण गर्ने वा शरीर बन्धक लिनेमा सजाय

समानता	**भिन्नता**	
व्यक्ति विरुद्धको अपराध	अपहरण	शरीर बन्धक
स्वतन्त्रता विरुद्धको अपराध	एक ठाउँबाट अर्को ठाउँमा लगिन्छ	अर्को ठाउँमा जान बाध्य पारिन्छ
पीडितको सहमति हुँदैन	अर्को ठाउँमा जान बाध्य पारिन्छ	थुना वा नियन्त्रणमा राखिन्छ

समानता	भिन्नता	
कब्जामा हुन्छ	कमजोर वर्ग उपर	
डर, त्रास, बल प्रयोग, छलकपट नशालु पदार्थ खुवाउने आदि	निजको, संरक्षकको वा अभिभावकको मञ्जुरी विना वा झुक्यानमा पारी वा नशालु पदार्थ खुवाई कुनै ठाउँमा जबरजस्ती लगेमा वा जान बाध्य पारेमा कसूर हुन्छ	निजको, संरक्षकको वा अभिभावकको मञ्जुरी विना वा झुक्यानमा पारी वा नशालु पदार्थ खुवाई कब्जा वा नियन्त्रणमा राखेमा कसूर हुन्छ
सजाय बढाउने आधार हुन्छ	अपवाद छैन	अस्वस्थ व्यक्तिलाई अभिभावक वा संरक्षकको मञ्जुरी लिई असल नियतले उपचार गरेको कार्य कसूर हुँदैन

भारतमा Indian Penal Code, 1860 मा अपहरण सम्बन्धी अपराधमा सो अपराध गर्ने उद्देश्यका आधारमा सात वर्षदेखि आजन्म कैद र जरिवाना गर्ने व्यवस्था गरिको छ। मुलुकी अपराध संहिताको दफा २१३ ले "कसैले ज्यान लिने, कुटपिट गरी चोट पुऱ्याउने, जबरजस्ती करणी वा अप्राकृतिक मैथुन गर्ने, मानिस बिक्री गर्ने वा दास बनाउने वा इच्छा विरुद्ध जबरजस्ती काममा लगाउने, वेश्यावृत्तिमा लगाउने, यातना दिने, कुनै काम गर्न वा गराउन बाध्य गराउने, मुक्ति रकम लिने वा प्रचलित कानून बमोजिम कसूर हुने अन्य कुनै काम गर्न लगाउने उद्देश्यले दफा २११ वा २१२ बमोजिमको काम गरे वा गराएको भए सात वर्षदेखि दश वर्षसम्म कैद र सत्तरी हजारदेखि एक लाख रूपैयाँसम्म जरिवाना र त्यस बाहेक अन्य उद्देश्यले गरे वा गराएको भए तीन वर्षदेखि पाँच वर्षसम्म कैद र तीस हजारदेखि पचास हजार रूपैयाँसम्म जरिवाना हुनेछ" भन्ने व्यवस्था गरेको छ।

५.१ अपहरण गर्ने वा शरीर बन्धक लिनेमा थप सजाय

मुलुकी अपराध संहिताको दफा २१४ मा अपहरण वा शरीर बन्धक लिने कसूरमा थप सजाय हुने कानूनी व्यवस्था गरेको छ । सो दफाको उपदफा (१) मा "दफा २११ बमोजिम अपहरण गरी दफा २१२ बमोजिम शरीर बन्धक लिने

व्यक्तिलाई दश वर्षदेखि पन्ध्र वर्षसम्म कैद र एक लाखदेखि एक लाख पचास हजार रूपैँयासम्म जरिवाना हुने” व्यवस्था छ। सोही दफाको उपदफा (२) मा “कसैले अपहरण गरी वा शरीर बन्धक लिई यस ऐन वा कानून बमोजिम कसूर मानिने अन्य कुनै काम गरेको रहेछ भने निजलाई त्यस्तो कसूर बापतको सजायमा उपदफा (१) बमोजिमको सजाय थप हुने” व्यवस्था छ। यसैगरी उपदफा (३) मा “दफा २११ र २१२ को कसूर संगठित रूपमा गरे गराएको रहेछ भने त्यस्तो गराउने व्यक्तिलाई थप दुई वर्ष कैद सजाय हुने” व्यवस्था छ।

मुलुकी अपराध संहितामा अपहरण गर्ने र शरीर बन्धक लिने दुवै आपराधिक वारदात एकै पटक भएमा यसलाई सजाय बढाउने परिस्थिति (Aggravating Circumstance) मानी बढी सजाय प्रस्ताव गरिएको छ। संहितामा छुट्टै अपराधको थप दण्ड गरिने अवधारणा (Consecutive Approach of Sentencing) लाई स्वीकार गरिएको छ भने थप सजायको लागि अपराध गर्दाको अवस्था (Modus Operandi) लाई पनि आधार बनाइएको छ।

५.२ अपहरण गर्ने वा शरीर बन्धक लिनेमा कम सजाय

मुलुकी अपराध संहिताको दफा २१६ ले “परिच्छेद-१७ अन्तर्गतको अपहरण वा शरीर बन्धक सम्बन्धी कसूर गर्ने व्यक्तिले कसूर गर्दा गर्दैको बखत सुरक्षाकर्मी समक्ष आत्मसमर्पण गरेमा वा अन्य कसूरदार वा सो कसूर गर्ने गिरोहका सदस्यलाई पक्राउ गर्न सहयोग पुऱ्याएमा अवस्था हेरी अदालतले निजलाई कम सजाय गर्न सक्नेछ” भन्ने व्यवस्था गरेको छ।

यस दफामा आत्मसमर्पण गर्ने कसूरदारलाई कम सजाय हुन सक्ने व्यवस्था गरिएको छ। आत्मसमर्पण भने कसूर गर्दा गर्दैको बखत सुरक्षाकर्मी समक्ष गई अनुसन्धानमा सहयोग पुऱ्याएको हुनुपर्छ। आत्मसमर्पण गरे पनि अनुसन्धानमा सहयोग नपुऱ्याएमा कम सजाय हुन सक्तैन। यस महल बमोजिम कसूर गर्ने व्यक्तिले कसूर गर्दा गर्दैको बखत सुरक्षाकर्मी समक्ष आत्मसमर्पण गर्दै सो कसूरको सम्बन्धमा अनुसन्धानमा सहयोग पुऱ्याएमा कुन हदसम्म सहयोग पुऱ्याएको हो मूल्याङ्कन गरी मुद्दा हेरी सजाय गर्नेले निजलाई कम सजाय गर्न सक्छ। यो सजाय मुद्दा हेर्नेको न्यायिक विवेकमा आधारित रहन्छ।[६]

मुलुकी अपराध संहितामा भएको यो व्यवस्था अपराध अनुसन्धान वा नियन्त्रणको कार्यमा सहयोग पुऱ्याउने

६. ज्ञाइन्द्रबहादुर श्रेष्ठ, (२०७२), मुलुकी ऐन मूल दफा सहित टिप्पणी पूर्ण रुपमा संशोधित तथा परिमार्जित संस्करण), काठमाडौँ : पैरवी प्रकाशन, पृ. ८४२।

अपराधको पक्षलाई आपराधिक दायित्व बहन गराउने सन्दर्भमा अदालतले नरम (Leniently) व्यवहार गर्नुपर्दछ भन्ने सिद्धान्तमा आधारित छ।[७] साविक मुलुकी ऐन अपहरण गर्ने तथा शरीर बन्धक लिनेको महलको १० नम्बरमा उल्लेखित व्यवस्थाको निरन्तरता मात्र हो।

५.३ दुरुत्साहन गर्ने, आदेश दिने वा सहमति दिनेलाई सजाय

मुलुकी अपराध संहिताको दफा २१५ (१) ले "परिच्छेद-१७ मा लेखिएको अपहरण वा शरीर बन्धक सम्बन्धी कसूर गर्न दुरुत्साहन दिने वा आदेश दिनेलाई मुख्य कसूरदारलाई भए सरह सजाय हुनेछ" भन्ने व्यवस्था गरी आपराधिक दायित्वका लागि समान स्तर (Equal Footing) मा राखेको छ।

५.४ अपहरण गर्ने वा शरीर बन्धक लिने उद्योगमा सजाय

मुलुकी अपराध संहिताको दफा २१५ (२) ले "अपहरण वा शरीर बन्धक सम्बन्धी कसूरको उद्योग वा षड्यन्त्र गर्ने वा मतियार हुने व्यक्तिलाई सो कसूरमा हुने सजायको आधा सजाय हुनेछ" भन्ने व्यवस्था गरेको छ।

६. पीडितलाई क्षतिपूर्ति र हदम्याद

मुलुकी अपराध संहिताको दफा २१७ को उपदफा (१) ले "अपहरण वा शरीर बन्धक सम्बन्धी कसूर गरे गराएको ठहरेमा कसूर गर्ने वा गराउने व्यक्तिबाट पीडित व्यक्तिलाई मनासिब क्षतिपूर्ति भराई दिनु पर्ने" भन्ने र उपदफा (२) ले "उपदफा (१) बमोजिमको क्षतिपूर्ति पीडित व्यक्ति मरी सकेको भए निजको नजिकको हकदारलाई भराई दिनु पर्ने" व्यवस्था गरेको छ। संहिताले क्षतिपूर्ति भराउँदा क्षतिपूर्तिको रकम तोक्ने विवेकीय अधिकार अदालतलाई प्रदान गरेको छ।

मुलुकी अपराध संहिताको दफा २१८ ले "परिच्छेद-१७ अन्तर्गतका अपहरण वा शरीर बन्धक सम्बन्धी कसूर गरी कसैको ज्यान लिएकोमा जहिलेसुकै पनि उजुर गर्न सकिनेछ। लेखिए बाहेक यस परिच्छेद अन्तर्गतको कुनै कसूर भए गरेको मितिले दुई वर्ष र दफा २११ (अपहरण) वा २१२ (शरीरबन्धक) अन्तर्गतको कसूर भएकोमा सम्बन्धित व्यक्ति त्यस्तो कसूरबाट मुक्त भएको मितिले छ महिना नाघेपछि उजुर लाग्ने छैन" भन्ने व्यवस्था गरेको छ।

७. निष्कर्ष

अपहरण वा शरीर बन्धक व्यक्ति विरुद्ध गरिने गम्भीर अपराध हो। व्यक्तिको स्वतन्त्रता विरुद्ध गरिने यो अपराध व्यक्तिगत, समूहगत वा संगठित रुपमा गरिने गरिन्छ। आफ्नो गैरकानूनी उद्देश्य प्राप्ति

७. पूर्वपाद टिप्पणी नं. २, पृ. ३४८।

गर्न व्यक्तिलाई गैरकानूनी रूपमा अपहरण गर्ने वा शरीर बन्धक लिने कार्य गरिन्छ । यस सम्बन्धी आपराधिक कार्य वृद्धि हुँदै गए पछि यसलाई अपराधीकरण गरिएको हो । यी दुवै अपराध अलग अलग वा सँगसँगै पनि हुन सक्छन् । कुनै व्यक्तिलाई उसको सहमति विना एक ठाउँबाट अर्को ठाउँमा जान बाध्य पार्ने कार्य अपहरण हो भने कुनै व्यक्तिलाई हिँडडुल गर्न नसक्ने गरी कनै ठाउँमा रहन बाध्य पार्ने कार्य शरीर बन्धक हो । प्रायः अपहरण गरी बन्धक समेत गराइने हुँदा यी दुवै अपराध एकै साथ हुने गर्दछन् । तथापि अलग अलग हुनै सक्दैनन् भन्ने होइन ।

नेपालको फौजदारी कानूनमा पहिलो पटक २०६४ सालमा मुलुकी ऐनमा बाह्रौं संशोधन गरी यी कार्यलाई अपराधीकरण गरिएकोमा हालको मुलुकी अपराध संहिता, २०७४ ले निरन्तरता दिएको हो । तथापि मुलुकी ऐनको कानूनी व्यवस्था र हालको संहिताको कानूनी व्यवस्थामा केही फेरबदल भएको अवस्था छ । हालको मुलुकी अपराध संहितामा गरिएका व्यवस्थाबाट थप सजाय हुने अवस्था र आधारलाई परिवर्तन गरेको र अपहरण वा शरीर बन्धकको कसूर अलग अलग भएकोमा कम सजाय हुने कानूनी व्यवस्था गरेको देखिन्छ । तथापि संहिताको दफा २१४ को उपदफा (३) मा गरिएको कानूनी व्यवस्थाले अन्यौलता सिर्जना गरेको छ । त्यसलाई समयमै सम्बोधन गरिनु पर्दछ । यसलाई लामो समयसम्म अन्यौलतामा छोड्न हुँदैन । सक्दो चाँडो सम्बोधन गरिनु पर्दछ ।

◆◆◆

गीत

✍ उर्मिला पन्त पाण्डेय

डाँडाको चौतारीमा लालीगुराँस फूल
फूलको रसमा झुम्ने भँवराका हुल

भुन्भुन गर्दै रमाउँदै झुम्छन् भँवरा
फुलबारीमा फुलेका छन् फूल क्यामरा
सुगन्धमय फूलहरू मग्मगाउँछन्
सुन्दर राम्रा फूलहरू जग्मगाउँछन्

डाँडाको चौतारीमा लालीगुराँस फूल
फूलको रसमा झुम्ने भँवराका हुल

सबैलाई मनपर्ने फूलको सुबास
सुगन्धमय फूलको सबलाई आश
सौन्दर्य फूलको सबलाई मनपर्छ
फूलको राम्रो संरक्षण नि गर्नुपर्छ

डाँडाको चौतारीमा लालीगुराँस फूल
फूलको रसमा झुम्ने भँवराका हुल

मोह र विवेक

✍ **पूर्व प्र.ना.म.नि.ई महेशसिंह कठायत**

जड र चेतना यी दुई पदार्थ हुन । प्राणी मात्रको स्वरूप चेतना हो तर उसले जडसँग सम्बन्ध गरेको छ । जड तर्फ आकर्षण हुनु पतन हुनु तर्फ जानु हो । साथै, चिन्मय तत्वको तर्फ आकर्षण हुनु उत्थानको तर्फ जानु हो, आफ्नो कल्याण गर्नु हो । जडको तर्फ जानुमा "मोह" को मुख्यता हुन्छ र परमात्मा तत्वको तर्फ जानुमा "विवेक" को मुख्यता हुन्छ । सम्झनाको लागि मोह र विवेकलाई दुई-दुई विभागमा बाड्न सकिन्छ :

१) अहंता र ममतयुक्त मोह र कामनायुक्त मोह

२) सत्-असत्को विवेक र कर्तव्य र अकर्तव्यको विवेक

प्राप्त वस्तु, शरीर आदिमा अहंता र ममता गर्नु यो अहंता र ममतायुक्त मोह हो र अप्राप्त वस्तु, घटना, परिस्थिति आदिको कामना गर्नु यो कामनायुक्त मोह हो । शरीरी (शरीरमा रहनेवाला) अलग छ र शरीर अलग छ। शरीरी सत् छ र शरीर असत् छ। शरीरी चेतन छ र शरीर जड छ। यसलाई ठिक तरिकासँग सत्-असत्को विवेक हो । साथै कर्तव्य के हो ? अकर्तव्य के हो,? धर्म के हो ?, अधर्म के हो ? यसलाई ठिक तरिकाबाट सम्झेर त्यस अनुसार कर्तव्य गर्नु र अकर्तव्यको त्याग गर्नु कर्तव्य र अकर्तव्यको विवेक हो ।

भागवत् गीताको पहिलो अध्यायमा अर्जुनलाई पनि दुई प्रकारको मोह भएको थियो जसमा प्राणीहरू मात्र फसेका छन् । अहंतालाई लिएर "हामी दोषहरूलाई जानेवाला धर्मात्मा हो" र ममतालाई लिएर "यी मेरो आफन्तहरू मर्ने छन्" यो अहंता र ममतायुक्त मोह हो। हामी पाप नलागोस्, नर्कमा जान नपरोस्, हाम्रा पितृहरूको पतन नहोस्, यो कामनायुक्त मोह भयो। उपर्युक्त दुबै प्रकारको मोहलाई हटाउनको लागि भगवानले भागवत् गीताको दोस्रो अध्यायमा दुई प्रकारको विवेक बताउनु भएको छ। शरीरी-शरीरको सत्-असत्को विवेक (BG-2:11-30) श्लोकहरूमा र कर्तव्य अकर्तव्यको विवेक(BG-2:31-53) श्लोकहरूमा। शरीरी र शरीरको विवेक बताउदै भगवानले गीतामा भन्नु भएको छः म, तिमी र यी लड्ने उद्देश्यले आएका राजाहरू पहिले थिएनन्, यो साँचो कुरा

होइन र अगाडि रहदैनन्, यो पनि साँचो होइन अर्थात् हामी सबै पहिले पनि थियौ र अगाडि पनि रहनेछौ। साथै बिचमा प्रतिक्षण बदलिरहेका छौ । जस्तो शरीरमा कुमार, युवा र वृद्धावस्था यी अवस्थाहरूमा बदलिन्छ र जस्तो मानिस पुरानो वस्त्र छोडेर नयाँ वस्त्र धारण गर्दछ । यस्तै जीव पहिलेको शरीरलाई छोडेर नयाँ शरीर धारण गर्दछ। यो अकाट्य नियम हो । यसमा चिन्ता र शोकको कुरा के छ ?

कर्तव्य र अकर्तव्यको विवेक बताउदै भगवान भागवत् गीतामा अर्जुनलाई भन्नु हुन्छ, क्षेत्रीय (सेना) को लागि युद्ध भन्दा ठुलो धर्म कुनै छैन। अनायसमा प्राप्त भएको युद्ध भन्दा ठुलो अर्को कुनै धर्म हुँदैन। यो त स्वर्गको लागि खुला दरवाजा हो। तिमी यो युद्धरूप स्वधर्मलाई पालन गर । तिमीलाई पाप लाग्दैन । यदि तिमी जय पराजय, लाभ हानि र सुख दुःखलाई समान सम्झेर युद्ध गर्यौ भने तिमीलाई पाप लाग्ने छैन । तिम्रो त कर्तव्य कर्म गर्नमा नै अधिकार छ, फलमा छदै छैन । तिमी कर्म फलको हेतु पनि नवन साथै कर्म नगर्ने तर्फ पनि तिम्रो आसक्ति (इच्छा) नहोस् । यसकारण तिमी कामहरूको सिद्धि तथा असिद्धिमा सम भएर र समतामा स्थित भएर कर्महरू गर, किनकि समता नै योग हो। जो मानिस समबुद्धिमा युक्त भएर कर्म गर्दछ, ऊ जीवित अवस्थामा नै पुण्य र पापबाट रहित भइहाल्छ। जब तेरो बुद्धि मोहरूपी दलदल र श्रुति विपत्तिलाई पार गर्दछ तब त योगलाई प्राप्त भइहाल्छ।

निर्मम र निरहंकार भएपछि साधकको असत्-विभागसँग सम्बन्ध-विच्छेद भइहाल्छ र सत् विभागमा अर्थात् ब्रह्ममा आफ्नो स्वतः-स्वभाविक स्थितिको अनुभव भइहाल्छ । जसलाई "ब्राह्ममि स्थिति" भनिन्छ । यस ब्राह्मि स्थितिलाई प्राप्त भएपछि शरीरको कोही पनि मालिक रहँदैन अर्थात् शरीरलाई म र मेरो भन्नेवाला कोही रहँदैन, व्यक्तित्व मेटिन्छ। तात्पर्य यो हुन्छ कि हाम्रो स्थिति अहंकारमा आश्रित छैन । अहंकारलाई मेटाएपछि पनि हाम्रो स्थिति रहन्छ । जसलाई ब्राह्मी स्थिति भनिन्छ। एक पटकमा यस ब्राह्मी स्थिति "नित्ययोगको" अनुभव भएपछि फेरि कहिले मोह हुँदैन (BG-4-35)। यदि अन्तकालमा पनि मानिस निर्मम निरहंकार भएर ब्राह्मी स्थिति अनुभव गर्छ भने उसलाई तुरून्त नवीण ब्रह्मको प्राप्ति भइहाल्छ। निर्मम निरहंकार हुनाले ब्रह्मको प्राप्ति तत्वज्ञान भइहाल्छ। फेरि मानिस ममता रहित, कामना रहित र कर्तव्य रहित भइहाल्दछ। कारण अर्थात् किनकि जीवले अहम्को कारण नै जगतलाई धारण गरेको छ। "अहंकारविमूदात्मा कर्ताहमिति मन्यते" (गीता ३-२७) । यदि यो अहम् लाई त्याग गरि दियौ भने फेरि जगत र हँदैन । गीतामा भनिएको छ "जीवभतां

महाबाहो यर्यद धार्यते जगत्" । ब्रह्मको प्राप्ति भएपछि (यदि भक्तिको संस्कार भएपछि) समग्र परमात्माको प्राप्ति स्वतः भइहाल्छ । किनकि समग्र परमात्मा ब्रह्मको प्रतिष्ठा हो ।

मेरो कोही पनि छैन यसलाई स्विकार गर्नाले, मानिस "निर्मम" भइहाल्छ, मलाई केही पनि चाहिदैन, यसलाई स्विकार गर्ने बित्तिकै मानिस "निस्काम" भइहाल्दछ । मलाई आफ्नो लागि केही पनि गर्नुछैन, यसलाई स्विकार गर्ने बित्तिकै मानिस "निरहंकार" भइहाल्दछ । ◆◆◆

लघुकथा

रङ्ग

✍ **लीलाराज दाहाल**

"म नेपालमा बनेको कपडा किन्दिनँ ! अमेरिकाबाट आएको आयातित कपडा मात्रै किन्छु ! नेपालको त केही कुरा पनि राम्रो हुँदैन ! तपाईं त यतैका सस्तामस्ता लुगाफाटा किन्नु हुन्छ क्यार ! तपाईंलाई त गाह्रो पनि छ ! बाहिरबाट आएका सरसामान महङ्गो पर्छ ! तपाईंको कमाइले भ्याउँदैन ! "गोकर्ण हरिलाई लक्षित गरेर धेरैबेर फत्फताइरह्यो ! हरि मन नलागी नलागी उसको अमेरिकी व्याख्यान सुनिरहेको थियो !

ऊ केही वर्ष अमेरिका बसेर एक वर्ष अघिमात्र नेपाल फर्केको थियो ! कोही मान्छे भेट्न हुँदैन, ऊ अमेरिकाको वर्णन गर्न र नेपालको उछित्तो काढ्न थालिहाल्थ्यो ! उसको मस्तिष्कमा अमेरिकाको नकारात्मक कुरा र नेपालको सकारात्मक कुरा केही पनि छैन भैं लाग्थ्यो ! ऊ अमेरिकाबाट फर्केर किन नेपाल आयो, कसैलाई थाहा थिएन ! ऊ नेपालमा बसिरहेको थियो र अमेरिकाको प्रशंसा गरिरहेको थियो ! मातृभूमि नेपाललाई चाहिँ ऊ दुश्मनलाई भैं गाली गरिरहेको हुन्थ्यो ! उसको यस्तो क्रियाकलाप देखेर उसका वरिपरिका छिमेकीहरु छक्क पर्थे ! उसको अमेरिकी व्याख्यान सुन्दा सुन्दा छिमेकीहरूका कान टट्याइसकेका थिए ! अब उसलाई देखेपछि छिमेकीहरू लाखापाखा लाग्न थालेका थिए !

निकै दिन यत्तिकै बित्यो ! न ऊ कतै देखियो, न त छिमेकीहरू नै उसको विषयमा गफिन चौकमा जम्मा भए ! सबै आ-आफ्नै नित्य कर्ममा व्यस्त थिए !

एकदिन हरिले घुमफिरका क्रममा सडकको छेउमा अचानक अपत्यारिलो दृश्य देखे र कौतुहलपूर्ण नजरले छेउतिर हेर्न थाले ! अनि उनको ओठबाट एक्कासी यस्तो वाक्य निस्कियो, "गोकर्णजी ! तपाईं यहाँ !" गोकर्ण भने सडक छेउको फुटपाथमा रङ्ग रङ्गका कपडा छान्दै, कपडाहरूको मोलतोल गरिरहेको थियो !

तनाव व्यवस्थापन

✍ प्र. उ. ज्ञानेन्द्र प्रसाद फुयाल

मानव जीवन आफैमा सुख र दुःखको संगालो हो। खुसी र तनाव जीवनका अनिवार्य र महत्वपूर्ण हिस्सा नै हुन। मानिस चेतनशील भएकै कारण जीवनमा अनेकौ आशा, अपेक्षा, महत्वकांक्षा आदि पालेर बाँच्दछ, जसका कारण तुलना, प्रतिस्पर्धा, इर्ष्या, जलन आदि भावना उत्पन्न हुन पुग्दछ; परिणाम स्वरूप मनस्थिति र परिस्थितिको बिच सन्तुलन कायम राख्न नसक्दा जीवनमा अनपेक्षित तनाव सिर्जना हुने गर्छ। तनाव मुलतः मनस्थितिमा उब्जिएको विकार हो।

बाह्य परिस्थिति पूर्णत हामीले चाहे जस्तो अनुकूल कहिल्यै पनि बन्न सक्दैन तर त्यस प्रतिको प्रतिक्रिया सधैँ हाम्रो हातमा हुन्छ। यही परिस्थिति प्रतिको प्रतिक्रिया (Reaction)ले नै मानवीय तनावसँग सिधा सम्बन्ध राख्दछ। त्यसैले तनाव परिस्थितिसँग कम र मनस्थितिसँग बढी सम्बन्धित हुन्छ। संक्षिप्तमा तनाव भनेको चिन्ता, मानसिक बिचलन, कुष्ठा र कुनै विषयसँग असहमतिको अवस्था हो भनेर बुझ्न सकिन्छ।

तनाव कसरी हुन्छ ?

शारीरिक, मानसिक र भावनात्मक रूपमा असुविधा पैदा गर्ने अवस्थालाई तनाव (Stress) भनिन्छ। मानवीय शारीरिक वा मानसिक कार्यको आग्रहका कारण शरीरले स्वतः स्फुर्त रूपमा देखाउने असर वा प्रतिक्रिया नै तनावको अवस्था हो। एउटै परिस्थितिमा एक व्यक्ति अति तनावग्रस्त हुनसक्छ भने अर्को व्यक्ति शान्त भएर कुशलतापूर्वक काम गर्न सक्छ। त्यसैले तनावलाई परिस्थितिजन्य कम र व्यक्ति परक बढी मानिन्छ।

तनाव कुनै चुनौती वा समस्याको जबरजस्त प्रतिरोध वा त्यस्ता चुनौतीबाट भाग्न खोज्ने प्रवृति (Fight Or Flight) दुवैबाट उत्पन्न हुनसक्छ। त्यस्ता परिस्थितिलाई मनस्थितिले कुशलतापूर्वक सम्हाल्न नसक्दा शरीरले मष्तिष्कमा एड्रेनालिन (Adrenaline) लगायतका हर्मोन (Neuro Transmitter)को उत्पादन गर्दछ र मानिसलाई बेचैन, चिन्तित र तनावग्रस्त बनाइदिन्छ। यसको सट्टा कुनै उल्लासमय वातावरण वा खुशीजन्य परिस्थितिमा

मानव मष्तिष्कमा सेरोटोनिन, डोपामिन (Serotonin, Dopamine) जस्ता हर्मोनहरू उत्पादन हुने हुँदा त्यही मानिस प्रफूल्ल र खुसी देखिन सक्छ । एउटै मानिसमा परिस्थिति अनुसार विभिन्न मनोदशाहरू (Mood) परिवर्तन भइरहन्छन् । पूर्वीय काब्य शास्त्रहरूमा समेत श्रृंगार, हास्य, करूण, रौद्र, वीर, बिभत्स, भयानक, अद्भूत, शान्त गरी नवरसको चर्चा भएको पाइन्छ । बिषम परिस्थितिमा विकसित खराब मनोदशा (Mood) भएका बेला खराब शब्दहरू समेत मिसाउनाले कतिपय अवस्थामा विवाद, झगडा, कलह उत्पन्न भई आपसी सम्बन्ध समेत बिग्रने गरेको पाइन्छ।

मनोसामाजिक अवधारणाका अनुसार हरेक व्यक्तिको मनोवैज्ञानिक पक्षहरू अलग अलग हुन्छ । व्यक्तिका आ-आफ्नै विचार, धारणा, भावना, विश्वास र बुझाई हुन्छ। कुनै विषयका सम्बन्धमा व्यक्तिले आफ्नो सोचाइ-बुझाई सत्य असत्य जे भए पनि त्यस सम्बन्धी निश्चित धारणा विकसित गर्न सक्छ जसलाई मनोविज्ञानमा दृढ विश्वास (Core Belief) भनिन्छ । व्यक्तिको उपरोक्त मनोवैज्ञानिक पक्ष रहे झै सामाजिक पक्ष पनि त्यतिकै सवल रहेको हुन्छ । जस अन्तर्गत जागीर, घर परिवार, नाता सम्बन्ध, वातावरण (परिवेश) परम्परा, संस्कार-संस्कृति, धर्म आदि पर्दछन् । व्यक्तिको मनोवैज्ञानिक पक्ष र सामाजिक पक्ष बिचको सम्बन्धलाई मनोसामाजिक पक्ष भनिन्छ । कतिपय अवस्थामा व्यक्ति र सामाजिक मूल्य मान्यता बिचको द्वन्द्व व्यवस्थापन गर्न नसक्दा व्यक्तिमा तनावको अवस्था सिर्जना हुन पुग्दछ।

तनावका प्रकारहरू:

मानिसको जीवनमा अनुभव गरिएका वा वेहोरिएका कुनै घटना, परिस्थिति, काम कारबाही वा गतिविधि आदिले मानसिक रूपमा आघात पार्दा प्रायश्चित प्रतिशोधात्मक भावनाका कारण मानिसमा क्रमशः निराशा उत्पन्न हुन जान्छ भने भविष्यप्रति संसय, डर वा त्रासले मानसिक रूपमा चिन्ता (Anxiety) उत्पन्न हुन्छ । सकारात्मक चिन्तालाई Eustress र नकारात्मक चिन्तालाई Distress भनिन्छ। जुन चिन्ता वा निराशाले नकारात्मक रूपमा नचाहँदा नचाहँदै पनि सताइरहन्छ(OCD-Obsessive Compulsive Disorder) भने त्यसलाई तनाव (Stress) भनिन्छ। यसरी तनावका प्रभाव तथा प्रकृतिका आधारमा निम्न ३ प्रकारमा विभाजन गरी विश्लेषण गर्न सकिन्छ।

१. सामान्य वा तत्कालीन तनाव (General Or Acute Stress)

२.मिश्रित वा आवधिक तनाव (Cumulative Or Periodic Stress)

३. आघातजन्य वा पीडादायी तनाव (Traumatic Or Chronic Stress)

कुनै सामान्य विषयमा तत्काल उत्पन्न हुने तनाव जुन समस्या सुल्झनासाथ तनाव पनि समाप्त हुन्छ भने त्यस्तो तनावलाई सामान्य वा तत्कालीन तनाव भनिन्छ।

एकभन्दा बढी समस्याहरूका कारण एकैसाथ मिसिएर उत्पन्न तनाव अथवा निश्चित अवधि सम्म हुने र त्यस पश्चात समस्या समाधानसँगै असर नरहने तनावलाई मिश्रित वा आवधिक तनाव भनिन्छ।

कुनै गम्भीर आघात पार्ने घटना, परिस्थितिबाट उत्पन्न हुने तथा त्यही धारणा वा सोचका कारण लामो समयसम्म रहने तनावलाई आघातजन्य वा पीडादायी (Chronic) तनाव भनिन्छ। यस्ता तनावबाट मुक्त हुन मनोसामाजिक परामर्शसँगै सामान्यतया निश्चित उपचारको आवश्यक्ता समेत पर्दछ।

तनावका लक्षणहरू:

तनावले मानिसको शारीरिक मानसिक र भावनात्मक पक्षमा असर पुर्याउँदछ। तनावका लक्षणहरू स्वयं तनावग्रस्त वा मनोपीडामा रहेका मानिसहरूले महसुस गरिरहेका हुन्छन्। यसका साथै अवसादजन्य तनावमा रहेको मानिसहरूको हाउभाउ तथा जीवनशैली, बानी व्यवहारबाट पनि मानिसमा तनाव रहेको बुझ्न सकिन्छ।

समग्रमा तनावका लक्षणहरू

१. अनिद्रा, थकान
२. टाउको दुख्ने, रिगटा लाग्ने
३. खानामा अरूची हुने
४. बढी रिस उठने, झर्कने
५. चिडचिडापन
६. बारम्बार एउटै कुराको सोचाई आउने
७. पहिरन तथा श्रृङ्गारमा ध्यान नदिने
८. एकाग्रता नहुने
९. अकारण भय महसुस
१०. चिन्ता, निराशा
११. मुटुको धडकन बढनु
१२. मादक तथा लागु पदार्थको कुलत
१३. घुलमिल नहुने र अन्तरमुखी स्वभाव

के तनाव नकरात्मक मात्र हो ?

तनाव सधैँ नकरात्मक भने हुँदैन। एक हदसम्मको नियन्त्रित तनावले मानिसमा तत्परता, सजगता, प्रेरणा र लगनशिलता पैदा हुन सक्दछ तर त्यसले सीमा नाघ्नासाथ अनेक प्रकारका शारीरिक मानसिक र भावनात्मक समस्या खडा गरी दिन्छ र अनियन्त्रित तनावले दैनिक जीवन नै असहज बनाइदिन्छ।

विषयप्रतिको चिन्ता वा सामान्य तनावले मानिसलाई कार्य सम्पादनप्रति गम्भीर बनाउछ र स्वत जागृती (Self–Alarm) का कारण कार्य सम्पादनमा प्रभावकारिता ल्याउन सहयोग पुर्याउँदछ।

त्यसैले सामान्य तनावलाई परिपक्वताको आधार पनि मान्न सकिन्छ । भनिन्छ, तनावमा भएको Stressed (अवसाद) लाई उल्टाउन सकियो भने Desserts (खाना पछि खाइने मिठो परिकार) बन्न सक्छ, अर्थात् तनावलाई जित्न सक्दा थप आनन्ददायी जीवन बिताउन सकिन्छ । तनावको अवधिलाई अध्ययन, अन्वेषण, लेखन आदि कार्यमा सदुपयोग गर्न सके त्यसले समय उत्पादक र सिर्जनशील समेत बनाउन सक्छ । यसरी तनावलाई समयमै यथोचित व्यवस्थापन गर्न नसक्दा मात्र घातक हुने हुँदा तनाव नकारात्मक नै हो भनेर बुझ्नु हुँदैन ।

तनावको व्यवस्थापन (Management of Stress)

कुनै पनि कारणले उत्पन्न तनावलाई समयमै नियन्त्रण वा व्यवस्थापन गर्न नसक्दा यसले मानिसहरूको दैनिक जीवनमा ठूलो नकारात्मक प्रभाव पार्न सक्छ । त्यसैले लक्षणहरू सहित कसैमा तनाव महसुस भएको छ भने विभिन्न ज्ञान, विधि तथा उपचारहरूद्वारा समयमानै उक्त तनावको व्यवस्थापन गर्न जरूरी हुन्छ ।

तनाव व्यवस्थापनलाई विकीपेडिया (Wikipedia)ले यसरी परिभाषित गरेको पाईन्छ ।

"stress management is a wide spectrum of techniques and psychotherapies aimed at controlling a person's level of stress, especially chronic stress, usually for the purpose of improving everyday functioning" (Wikipedia)

तनावको अवस्था र असरको आधारमा यसको व्यवस्थापन विधि फरक फरक हुने गर्छ । सामान्य वा आवाधिक किसिमका तनावहरू मनोसामाजिक परामर्श (Psychosocial Counselling) र उपयुक्त वातावरण निर्माणबाट व्यवस्थापन हुन सक्दछ भने कुनै विशेष आघातजन्य (Traumatic) र लामो समयसम्मको जटिल (Chronic) तनावको लागि मनोसामाजिक परामर्शसँगै विशेषज्ञ चिकित्सक मार्फत निश्चित उपचार समेत आवश्यक पर्दछ । दुनियामा सामाधान विनाको कुनै समस्या र विकल्प विनाको अप्ठ्यारोपन हुनै सक्दैन, मात्र आफूले आफूलाई चिनेर जीवनलाई सार्थक बनाउने प्रयत्न गरिरहनु पर्दछ । मानिस बुद्धि र भावनायुक्त भएन भने शान्ति हुँदैन र मनमा शान्ति नभए कहिल्यै सुख पनि प्राप्त हुँदैन भन्दै भागवत् गीताको दोस्रो अध्यायको ६६औं श्लोकमा भगवान श्री कृष्णले अर्जुनलाई यसो भनेका छन्ः

"नास्ति बुद्धिरयुक्तस्य न च युक्तस्य भावना ।
न चभावयतः शांतिरशांतस्य कुतः सुखम्" ॥ (२/६६)

समग्रमा सामान्य चिन्ता हुँदै निराशामा परिणत हुने र मानिसलाई आत्महत्या (Suicide) को बाटोसम्म पुऱ्याउने तनावलाई निम्नानुसारको विधि र उपायहरूद्वारा व्यवस्थापन गर्न सकिन्छ।

१. अति महत्वकांक्षालाई घटाउने
२. ईच्छा शक्तिलाई बढाउने
३. मानवीय मूल्य र मर्यादालाई आत्मसात गर्ने
४.विद्युतीय उपकरणहरूको लत नियन्त्रण गर्ने
५. खानपान र जीवनशैलीमा परिवर्तन गर्ने
६. जीवनलाई सामान्यीकरण गर्ने
७.घृणा, द्वैष र अति लगावलाई नियन्त्रण गर्ने
८. तनावको वास्तविक कारण (Trigger Feelings) लाई सही ढंगले बुझ्ने
९.निर्मित धारणा (Perception)लाई चुनौती दिने
१०. आफूले आफैलाई प्रश्नहरू गर्ने (Ask Yourself)
११. आफ्नो कामप्रति आत्म सन्तुष्टि लिने
१२. शारीरिक व्यायाम वा योग गर्ने
१३.स्वःव्यवस्थापन (Self-anagement) मा ध्यान दिने
१४. सकारात्मक सोचको विकास गर्ने
१५.पारिवारिक तथा सामाजिक गतिविधिहरूमा संलग्न हुने
१६.अनुभव र अनूभूतिजन्य समस्या नलुकाउने
१७. आवश्यक्ता अनुसार चिकित्सकीय परामर्श र उपचार सेवा लिने

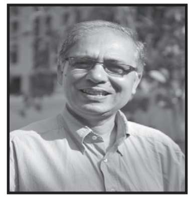
उपयुक्त विधि तथा उपचारहरूको अवलम्बनले मानिसमा भएको तनाव नियन्त्रण तथा व्यवस्थापन पश्चात जीवनमा यस्ता प्रभाव/परिणामहरू देखिन थाल्दछन्।

१. शारीरिक स्वास्थ्यमा सुधार
२. आवेग र भावनाहरूमा नियन्त्रण
३. कामप्रति एकाग्रता
४. उत्साह र ईच्छाशक्तिमा वृद्धि
५. सकारात्मक सोचको विकास
६. आशावादी र खुसी
७. उत्प्रेरणा अभिवृद्धि
८. सहयोगी भावनाको विकास

कुनै पनि घटना वा परिस्थितिका कारण उत्पन्न तनावलाई कहिले परिस्थितिबाट टाढा भएर वा विषयलाई परित्याग (Avoidance) गरेर चिन्ता नियन्त्रण गर्न सकिन्छ भने कहिले त्यस्ता विषयबाट फरक परिस्थिति वा माहौल परि वर्तन गरी दिशान्तर (Diversion) का माध्यमद्वारा तत्काल तनावलाई व्यवस्थापन गर्न सकिन्छ। कहिलेकाहीँ आफूमा उत्पन्न तनावलाई त्यस्तो तनावको विषयप्रति एकोहोरो असहमति जनाई रहनुको सट्टा आत्म समिक्षा गरेर तड्पाउने अनुभूति (Trigger Feelings) को पहिचान गर्दै तनावको विषयको कारण वा परिस्थितिलाई स्वीकार (Acceptance) गरी सामान्यीकरण गर्न सक्दा पनि तनाव वा मनो पीडालाई व्यवस्थापन गर्न सकिने हुन्छ। ♦♦♦

निायात्रा

फोर्चेसँग दिबुचेको बखान



✍ **युवराज नयाँघरे**

एकाबिहानै खाइयो आलु !

आगो ताप्दै अरूहरू नि खाँदै रै'छन् । चीज, सेर्कम, रिल्दुक र उसिनेका आलु । अगाडि थालभरि चाङ-चाङ आइरहेको छ ।

मैले पाँच-छ वटा खाइसकेथेँ । फेरि हात सकपकाएर त्यतै पुगिहाले ।

'खा-खा । टन्न खा आलु ।'

'भरे बाटोमा के पर्छ थाहा छैन । ढकढकाई-ढकढकाई खा ।'

आफैँले भनेँ- 'हेर् केटा, बाटोमा पाइएला भनेर आश नगरेस् । पैसा भएर पनि किनी खान नपाउने ठाउँ हो यो ।'

'मस्तले खा । नसा चुँडिने गरी खा । भुँडी उसिसनिसिस हुने गरी खा । नाइटो तन्किने गरी खा ।'

मनले भनिरह्यो ।

मै पनि उसिनेका आलु खाइरहेथेँ । घरी नाकको चीजमा दलेर, घरी सेर्कममा दलेर, घरी छुर्सेप छर्केर, घरी जटामसीको लेदो अचार दली-दली । मस्तले खाइरहेँ, दिबुचेको आलु ।

१७ गते, भदौ ।

राति पटक्कै निद्रा लागेन । धेरै उचाइमा पुगेकोले ज्यानमा निद्रा नमिलेको हो कि ? थकाइ त थिएन । गुडेको र उडेको मात्र थिएँ । एक थोपो पसिना आएको थिएन ।

ए गाँठे के भो ?

निद्रा छैन त आँखामा ।

अक्सिजन पुगोस् भनेर झ्याल पनि तेर्छो पारेर खोलेको थिएँ । लुगा पनि तातै थिए ओछ्यानमा । सबैतिरको चाँजोपाँजो मिलाएकै थिएँ ।

निद्रा कसै गरी परेलीका पिँढीमा ओर्लिएन । ज्यान मूढो भएर लडिरह्यो । तर आँखा ढप्किएनन् । आँखा चिम्लेरै रात कटाएँ ।

यसो झकाएको थिएँ बिहानी पख- नाकमा धुवाँको कडा गन्ध ह्वास्स आइपऱ्यो । निद्रा फेरि भत्किएपछि ओछ्यानभित्रै गुडुल्किरहने मन भएन । जऱ्याकजुरूक उठेर जिउ तन्काएँ ।

'जे होस्, आँखाको बिख मरिगो !'

शौचालय गएर जिउ हलुक्याएँ । अनि झोलामा सबै लुगाफाटो कोचकाच गरेँ । एउटा झोला गर्भिणी भयो । अर्को दुब्लाएर सिन्को भयो । त्यै सिन्के झोला बाटाको साथी बनाएँ । त्यसमा फोन, सानो लेख्ने चिर्कटो, रूमाल र पानीको बोतल हालेँ । हावा छेक्ने फिलफिले ज्याकेट लगाएँ ।

'उकालो छ रे । गर्मी भए फेरफार गरूँला ।'

मनमा कुरा निफननाफन हुँदैछन् ।

खाने ठाउँतिर हुर्रिएँ । त्यसपछि सबै खाइरहेका ठाउँमा पुगेर आलु युद्धमा होमिएथेँ ।

ओहो, कति धेरै आलु ।

पाँच जना जति बसेका छन्- आगोको राप छेउ-छेउमा । हरेकका अगिल्तिर आलुका रास छन् । उसिनेका आलु नगुडीकन चुलिएर झुसी भएको देख्छु- निगालोका सानसानो डालीमा ।

छेउ-छेउमा अरू परिकार फेरि त्यत्तिकै । तर सबैका हात चैं बढ्ता त्यै आलुमै डुलेको, घुमेको र गोठालिएको देखिरहेछु म ।

'तपाईं सुतेको देखिरहेथेँ । निद्रा नबिथोलियोस् भनेर मन्त्र चैँ बिस्तारै बोलेँ । साहुले बिउँझाइदियो होला है ।'

मैले आलु खान थाल्दा आङ जाङ्बुले भनिन् ।

'त्यस्तै-त्यस्तै भो ।'

मैले आलु माथि सेर्कम दल्दै भनेँ ।

'माफ गर्नु होला ।'

उनले भनिन् ।

मैले विनयी भएर उनीतिर हेरेँ । त्यही मुखमा 'क्षमा' ओर्लिएको हुनुपर्छ ।

शेर्पाहरूले बिहान र बेलुका धुप हाल्ने गर्छन्- भर्भराउँदा आगोका कोइलामा । धुपौरोमा कोइला हालेर त्यसमा आठ-दश खालका धुवाँ नै मगमगाउने रूखबिरूवाको धुप हाल्ने गर्दछन् । सुनपाती, तीतेपाती, भैरूङपाती, धुपी, सल्लो, गोब्रे सल्ला लगायतका बोटबुट्यानका पातलाई धुलो र मसिनो पारी सुकाइन्छ । पछि आगो मा हालेर कोठा-कोठामा धुवाँ सहितको धुपौरो घुमाइन्छ । त्यसैलाई शेर्पाहरू 'साङ' गर्ने भन्छन् ।

त्यो एउटा नित्य विधि र शैली हो शेर्पाहरूको । घरको पवित्रता, स्वच्छतासँगै आत्माको शुद्धी र चराचर जगत् गतिशील होस् भन्ने शुभभावले यो कर्म हरेक शेर्पाहरूले गरेकै हुन्छन् ।

मेरा नाकमा पनि त्यै सुनपातीको मिठो बास्ना धेरै बेरसम्म घुमिरहेथ्यो ।

१० बज्दा हामीले दिबुचे छोड्यौं ।

'मो यतै बस्छ । रामरी नै जानुस् ।'

तेन्जिङले घरको घाँसे

आँगनबाट हिँडाएर बाटोसम्म ल्याएर हात मिलाए। ४-५ वटा कुकुर पनि हाम्रा पछि-पछि आए। ती पनि बिदाइका लागि झुल्केका होलान्।

ढुंगेनी पर्खाल यतै बसे नुर्बु। हामी पर्खालबाट पश्चिमतिर तनक्क तन्केको गोरेटोतिर लाग्यौँ। उत्तरतिर खुम्बिलाका रातराता चुचुरा निलो आकास छुन अग्लिरहेथे। त्यसका फेदमा पातलो हरियाली थियो।

दिबुचे छोड्ने बेलामा सरर्र आँखा नचाएँ मैले।

दक्षिणतिर धुपी, सल्लो, गोब्रे सल्लो र अरू हरिया रूखपातले त्याङबोचे सबै ढाकेथ्यो। यो वनमा मसिना घाँसपात र बुट्यान बढ्तै देखेथेँ हिजो मैले। जंगल पूरै मलिलो र रसिलो छ भनेर देखे मेरा आँखाले।

सगरमाथा !

ओहो, भव्य र दिव्य सगरमाथा कुन बेलादेखि टुप्लुकिइरहेको रहेछ।

यता दक्षिणतिर ठडिएको आमादब्लमलाई बादलले बेस्सरी छोपछाप पारेछ। बडा गजबले धोइएर राखेको ढुंगो जस्तो थियो सगरमाथा।

मैले प्रणाम गरेँ- मनले, हातले, आँखाले र नसा-नसाले। अनि सिङ्गै जिउले।

'यति टाढाबाट आएको मान्छेलाई मैले रूप नपस्किनु त ?'

सगरमाथाले सायद यही सोचेर आज ऊ खुलेथ्यो।

अनि मैले यो अथाह हिउँचुलीको गौरवलाई हेर्न पाइरहेथेँ। अनि मैले यो हिमालको दिव्यतालाई निहाल्न पाइरहेथेँ। अनि मैले यो विशाल अग्लो चुचुरोलाई पढ्न पाइरहेथेँ। अनि मैले यो सर्वोच्च चुली देख्न पाइरहेथेँ।

अनि... ।

लौ अनि-अनि।

मन यतै उकुसमुकुसिएर गयो- जोमोलुङमातिर, झोमोलुङमातिर। मेरो मनको सगरमाथातिर।

मैले एक हातले थपक्क तान्दा आउला जस्तो पो देखियो। आँखाले खराखरी हिसाब गर्‍यो। साँच्चि, कति पो टाढा छ र... !

दिबुचेपछि पाङ्बोचे, फेरूचे, दिङ्बोचे, छुकुङ, फुलुङ खर्क, डुग्ल्हा, लोबुचे, अनि कालापत्थर। त्यसपछि त माउन्ट एभरेष्ट।

ओहो, आँखा त पुगिगो सगरमाथाको चुचुरोमा। एकछिन म हाँसेँ सगरमाथा टेकेको सन्तोषमा।

त्यो हाँसो मनबाट आँखा, गाला, ओठ र निधारसम्म फैलिएको थियो। सुख, खुसी र आनन्दको आभा भएर।

'ढिलो भो ढिलो।'

ल्हाक्पा बूढा कराए मैले सगरमाथालाई एकोहोरिएर हेरिरहेको देख्दा । उनी बाटो टाढा भएको भनेर फतफताइरहेका थिए। तर मैले कान बहिरो बनाएँ। कहिलेकाहीँ सद्धे अङ्ग पनि लुलो, घाइते र रोगी बनाएर बाँच्नु पर्छ। नत्र जित्ने ठाउँमा पनि हारिन्छ।

'तिम्ले एक-दुई क्लिक हाने, म जान्छु। नत्र डेगै सर्दिनँ।'

मैले अड्डी कसेँ।

अनि छेवैमा उभिएका क्षितिजले मोबाइल चलाए। सगरमाथाका अगिल्तिर मेरा फोटा खिचिए क्लिक-क्लिक । एक हैन, दुई हैन, १२-१५ क्लिक।

'पुग्यो कि अझै ?'

क्यामेरासँग मुख चलेको सुनेँ।

'महाराज क्षितिज ! म सगरमाथा जत्तिकै अघाएँ आजलाई।'

मैले यति भनेपछि दिल खोलेर हाँस्यौँ दुबै। त्यसपछि हामी बाटो लागेथ्यौँ।

पोथ्रैपोथ्राको घारीतिर गयो- सानो गोरेटो । ल्हाक्पा बूढा अलिक झ्याम्म परेको रूखमुनि उभिएर कुरिरहेका रहेछन्। हामी नजिक भएपछि बोले- 'बाटो टाढा छ।'

'चाँडो हैन बिस्तारो हिँड्ने । तर समयमा पुग्ने।' उनी बोलिरहेको सुनेँ मैले।

नुन र खुर्सानी खुबै खाएथेँ आलुसँग- तिर्खा लागिहालेछ । झ्यागुते झोलाको कुनाबाट झिकेर मुख खोलेँ तुम्लेटको।

बाटो झ्यासभित्र पसिरह्यो । मसिना बुट्यान बढेर अग्ला-अग्ला भएतिर हामी जान थाल्यौँ। तर खुट्टाले जोरजुलुम रूचाएनन् । किनभने बाटो गएर घारीभित्र हराएथ्यो।

'यो बाटो त हो के ?'

मैले सोधेँ।

'होला-होला।'

क्षितिज बोल्दै थिए।

अलिक अघि-अघि गएका ल्हाक्पा बूढा पनि हातको लट्ठीले झारपात र घाँसको घन्चमन्च भाँचभुँच गरिरा'छन् । उनैलाई पछ्याइरहेछु । मेरा पुच्छर बनेका छन्- क्षितिज।

'यता पो होला कि ?'

बूढा तल झरे।

ओहो भीर पो देखियो । त्यही भीरको कान्ला नाप्दै ल्हाक्पा बूढा निकै तल गइरहे। हामीलाई तल झर्ने आँटै आएन। उभिइरहेँ म । क्षितिज लट्ठीले यताउता औँल्याएर बाटो अनुमान गरिरहेथे।

ल्हाक्पा बूढाले भीरबाट निकै तल कराइरहेको खोलातिर अनुमान गर्दै भने- 'बाटो यतै हुनुपर्छ।'

तर त्यो 'यतै' देखा परेन । उनी अलिक मास्तिर उक्लिए। चिप्ला न चिप्ला ढुंगामा निकै पटक उनी चिप्लेका देखिएथे।

तै भुइँमै जोतिएनन् । म पो थर्र भएँ ।

'मास्तिरै होला !'

ल्हाक्पा पछारिँदै र उक्लिँदै हामी छेउमा आए । उत्तरतिर दूधकोशी कराएर बिछट्टै थियो । ढुंगाका चेपमा खुट्टा हाल्दै पाइला सार्दैछु । हरेक कुरा चिप्ला न चिप्ला छन् । घाँसपात, ढुंगा, रूखका फेद, समात्ने बुट्यान सबै माछाका ढाड जस्ता छन्– पिलित्त-पिलित्त चिप्लिने ।

'बीरू पनि आएन । उसलाई थाहा थियो बाटो ।'

'त्यो रेग बाजे पनि देखा परेन ।'

'उनेरू जान्दथे याँको बाटो ।'

ल्हाक्पा बूढा बोलिरहेथे । बाटो खोजेर नपाएपछि उनी हारे । अनि मनको छटपटी पोख्न थालेका थिए ।

माथि हेर्छु म– बाक्लो रूखले पाखो सबै ढाकेको छ । तल हेर्छु- ढुंगा र बुट्यानले छपक्कै छोपेको देखिन्छ । ठाउँ-ठाउँमा देखिएको उज्यालोमा दूधकोशीको सेताम्मे लहर उर्लिएर माथि-माथिसम्म गर्जिएको छनक आवाजले यति माथिसम्म आइपुगेको छ ।

'ओहो, के यस्तो अन्यौल ।'

'बाटो बिराएको कि बाटै नभेटिएको ?'

म फुसफुसाउँछु ।

ल्हाक्पा बूढा यताउता आँखा लगाइरहेका छन् । क्षितिजका चनाखा आँखा उनलाई सघाइरहेका लाग्छन् ।

सानो खोल्सोजस्तो डोहोलाई समाएर हामी हिँड्यौं ।

सेपिलो पाराको थियो । त्यसमै कुइरो कुदेर बेला-बेलामा अँध्यारो पारि दिन्थ्यो । दुःख पनि के-के कुराको होला । छातीभित्र कुराको आँधीबेहरीमा छु म ।

'यता हो कि !'

अलिक माथि उक्लिएर हामीलाई पश्चिमतिर हिँडाए ल्हाक्पा बूढाले । ओहो, यहाँ त झन् धेरै ढुंगैढुंगा । चेप्टा, चुच्चा, बल्ड्याङ्ग्रे, तिखा, जब्बरे र हत्केलाजस्ता– ढुंगाको छरछार रहेछ । त्यसमै मुटुले थामी-थामी पाइला सारिरहेको छु म ।

ल्हाक्पा अलिक अघि पुगेका छन् ।

बाक्लो जङ्गल अलिक पातलिने भए लगत्तै देखियो पहिरो ।

'अब झन् अप्ठेरो !'

ल्हाक्पा बूढा कराए ।

पहिरोको किनारमा उभिएर ल्हाक्पा बूढा चारैतिर हेर्न थाले । हातको लट्ठीले तलमाथि औंल्याउन थाले । उनी बाटो पहिल्याउन खोजिरहेका देखिन्थे । उनी पछाडि पनि फर्केर बाटोले लिन सक्ने गतिबारे निकै घोत्लिएका लाग्छन् ।

उनी पहिरोमा झरे ।

अघिभन्दा अहिले टेक्नलाई केही सजिलो भयो । यहीँ उभिएरै ल्हाक्पा

बाटोको रेखांकन गर्न थाले ।

पहिरो गजबले गएको देखिन्थ्यो । रूखबिरूवा ठाउँ-ठाउँमा तेर्सिएका थिए । ठूलठूला अक्करे ढुंगा जतासुकै पसारिएका थिए । कुलकुलाइरहेथ्यो पानी ।

'पहिरो चैँ छिचोल्न पाए हुने ।'

एक-दुई पटक फुसफुसाएँ म ।

तर मेरा कुरा हावामै बिलाए । सुन्नेहरूका कानका लोतीबाट बाहिरबाहिरै निफनिएर कता बिलाए कता ।

ल्हाक्पा बूढा बाटो पत्तो लाउन कम्मर कसेका छन् । घरी मास्तिर आँखाले रेखा कोर्छन्, घरी तलतिर लट्ठीले यसो हावामा आकार दिन्छन् । पहिरोमाथि उभिएर नक्सा कोरिएको देख्दा छटपटी हुन्छ मेरो छातीमा ।

पहिरोमा पानी बगिरहेकै छ । स-साना ढुंगा, तल-तल गुडिरहेकै छन् । हामी त्यसमै उभिएर अन्यौलमा झन् अन्यौल भइरहेका छौँ ।

म यसोउसो गरेर पहिरोको पारि उभिएँ । ल्हाक्पा बूढा पनि अलिक तल-तल गएर ठूलो रूखको फेदमा उभिन पुगे । त्यहीँबाट बाटोलाई फेरि खोज्न थाले ।

स्वात्त-स्वात्त चिप्लिन्थेँ ।

'सुँघेर भए पनि म बाटो पत्तो लगाउँछु ।'

ल्हाक्पा बूढाले यसो भनेको सुनिरहेको छु ।

'देखेको बाटो त बिलायो । अब के कसरी सुँघ्नु होला, त्यसको गन्ध कस्तो होला ? त्यसको गन्ध कतिखेर भेटिने होला ?'

बूढाको कुरामा मनले निफननाफन गरिरहेको छु ।

डरलाग्दो बाटो छ । थिरी-थिरी गरी चिप्लिरहेको छु । घुँडा-घुँडासम्म घाँस छ । जंगलका पतकर बर्खाले कुहिएर गद्दा जस्तो लाग्छ । टेक्यो कि फ्यास्स-प्यास्स भासिन्छ । बिस्तारै हिँड्छु ।

ऐंसेलुका झाङ छन् जताततै ।

चिप्लिएर एकैचोटि तल खोलामा पुगिएलाजस्तो भीर छ । त्यसमै थामिई-थामिई हिँडेको छु । २-३ पटक त चिप्ली पनि सर्कें । समाउने, जोगाउने वा हात दिने कोही छैनन् । ल्हाक्पा बूढा अघि-अघि छन् । क्षितिज अलिक परै छन् ।

मैले नै हो मैलाई जोगाउने, बचाउने । अरू भनेका त समय र परिस्थिति मिल्दा सघाउने र हात दिने नै त हुन् ।

फुकी-फुकी पाइला सारेर हिँडेको छु ।

ओहो, कति मुस्किल । खुट्टा थरर्र भएका । आँखा अत्तालिएका छन् । मुटु भटक-भटक भइरहेको छ । नसा उछिट्टिउँला झैँ भएको छ । ज्यान भित्रको 'बाँच्नु पर्छ' भन्ने तत्व मात्र ठिङ्ग उभिएर मलाई हिँडाउन उर्दी दिइरहेछ, आदेश

दिइरहेछ । तर मेरो शरीर थिलथिलो भएर पाइला सार्नै सकिरहेको छैन ।

'भेटिन्छ-भेटिन्छ ।'

ल्हाक्पा बूढा हातको इशाराले तल-तल आउनु भन्दै गइरहेछन् ।

म चार हातपाउ टेक्दै घिस्रिरहेको छु ।

'भिन्डीको झोल यो जंगलैभरि छरिएको छ कि क्या हो ?'

'के साह्रो चिप्लो ।'

'जे पनि चिप्लो न चिप्लो छ ।'

म घिस्रिँदै बोलिरहेको छु ।

एक ठाउँमा मेरो लट्ठी अड्कियो । हलुको टेक्नुपर्ने निकै गाडेछु लट्ठीलाई । निस्कनै मानेन । धेरै भर गर्दा पाएको दुःख चानचुने थिएन ।

अलिक तेर्पे भएर झर्दै थिएँ– खुट्टा स्वात्तै चिप्लिए । छेउमा भएको बुटो च्याप्पै समातेछु । ऐँसेलुको झुसे काँडाको बुटो रहेछ । हातैभरि झुस बिझे ।

'लौ, परेन के फसाद !'

म भुत्भुताएँ ।

दुखाइ, बिझाइ कसरी सहनु !

अलिक पछाडि रहेका क्षितिज आएपछि उनका गालामा दलेँ । उनका गालाको दारी हिजो काटेकाले ती ठोसा-ठोसा थिए । त्यहीँ दलेँ । केही सन्चो भयो ।

आफ्ना गाला त बिहानै चिल्लाएथेँ खौरी-खौरी ।

अलिक तेर्सो भीर थिरीथिरी गर्दै गइरहेछ । ल्हाक्पा बूढा कराए- 'यता-यता ।'

उनले बाटो भेटेको सङ्केत दिए । म पनि रूख-रूख समात्दै तल झरेँ । 'बाटो न घाटो दगुर्छ लाटो' उखानै फेरेँ मैले– ' बाटो न घाटो लम्किन्छ बाठो ।'

अनि हाँसो आए ओठका कुनामा । रोकुँ भन्दाभन्दै फुत्केछ । नभनुँ भन्दाभन्दै पनि भनिछोड्नु पर्ने भो मैले । पछि तीनै जनाका हाँसो गजबले घन्किए जंगल, भीर र पहराको खोँचमा ।

तर हाम्रा हाँसोलाई दूधकोशीको गर्जनाले जितिछाड्यो ।

बाटो भेटिएपछि पाइलाले फड्को मार्न सजिलो भो । अलेली देखिन्थ्यो बाटो भनेको पनि । गोठाला, दाउरे, घाँसेले झार पात टेक्दै हिँडेको सानो डोब मात्र । त्यही डोबलाई अझै गाढा बनाउन हामी हिँड्यौँ ।

'मेरो नाकले फेला पाऱ्यो नि ।'

एक ठाउँमा उभिएर खुसी पोखिरहेथे ल्हाक्पा ।

'त्यै हिमाल, वन, खोला, खर्क, चरनमा बिताउनु भएको तपाईंको नाकले भेउ पाइहाल्छ नि ।'

मैले थपेँ ।

बाटो कटाउँदै गयौँ अब । सँगसँगै भयौँ अहिले ।

धेरै ठाउँमा पहिरो खसेर गएको

बाटो देखिदैन्थ्यो । तर अहिले सजिलो भएथ्यो । म त छेउमा क्षितिज उभिए कि- हात लगेर गालामा दलिहाल्थेँ, बिझेको काँडाको बिख मार्न ।

अलिक तल-तल आएपछि मैले खोबिल्टामा जमेका पानीमा जुत्ता धोएँ । कुहिएका पात, च्याउ र हिलोले जुत्ता छिर्केमिर्के भएथे ।

निकै तल आउँदा भुइँ ऐंसेलु थुप्रै फलेका देखिए रातै । मैले त हत्केलाभरि लिएँ मात्र । ल्हाक्पा र क्षितिजले मस्तले खाए ।

'जापानले नेपालबाट लगेर हाइब्रिड गऱ्यो । अनि स्ट्रबेरी बनायो । हामीले त्यसैलाई धेरै पैसा तिरेर बिउ ल्याउनु पऱ्यो ।'

ल्हाक्पाले भुइँ ऐंसेलु ओल्टाइपल्टाई देखाएर भने ।

तेर्छो भेटिँदा मलाई आज लट्ठी दिने ल्हाक्पालाई खुसी पोखुँ-पोखुँ भयो । छाती पगालेरै भनेँ पनि- 'आज यो नभएको भए एकैचोटि दूधकोशी पुगिसक्थेँ म ।'

उनी झस्किए मात्र ।

आज अनौठो भएथ्यो- बर्खाले गद्दा बनाएको बाटो मैले हिँडेकै रहेनछु । झरेका पात, झिँझामिजा, हाँगाबिँगा, मक्किएका रूख जमिनमै खात- खात भएर पसारिएथे । पानीले थिच्दा- थिच्दा ती टेक्दा कताकती गद्दाजस्तो लाग्थे । धेरैबेर उभिँरहँदा ग्वाम-ग्वाम भासिन्थे । चाँडचाँडो हिँडिहाल्नु पर्थ्यो ।

घुँडा-घुँडासम्म आउने राता जंगली च्याउ खुबै देखेँ । ती पनि धेरै ठाउँमा पानीले दर्फरिएर खुट्टा भासिने भास बनेका भेटिए लेउ र च्याउको ।

ठाउँ-ठाउँमा रूखका जराले खुडकिला बनाइदिएका लाग्थे । रूखका जरा तलमाथि गएथे माटोमा । त्यही तल- माथि नै खुड्किलो हुन पुगेथ्यो मेरा लागि ।

'मान्छेका लागि जानेर वा नजानेर सधैँ आफ्नै भएको छ प्रकृति ।'

सिँढी चढ्दाको सन्चोमा बोलिरहेथेँ आफैँसँग ।

खुरूखुरू हिँडिरहेका छौँ । सजिलो गोरेटो बाटो भेटिएपछि जिउमा एउटा बेग्लै खालको फूर्ति आएर सुसेली मारिरहेको छ ।

ओरालो र तेर्छोसँग तलको खोला निकै नजिकियो ।

'ऊ त्यो ढुंगा छेउ भएर पारि जानु पर्छ ।'

'यो गोरेटो त्यतै ओर्लिन्छ होला कतै न कतैबाट ।'

ल्हाक्पा बूढा बोलिरहेका थिए ।

म जङ्गलको हरियालीमा मन पढाइरहेथेँ । रूखबाट खसेका ठूलठूला पानीका थोपाले निधार, नाक, कानमा चिसाएको पनि सन्चो मानिरहेथेँ । दुःख कम थियो अहिले । त्यै भएर 'थोपाको

थप्पड' सजिलै पचाइरहेथैं ।

'ऊ देखियो पुल ।'

बाटो खोलाको कुनामा ओर्लिन लाग्दा ल्हाक्पा बोले ।

हामीले सबै उनले देखाएतिर हेऱ्यौँ । हो रहेछ पुल थियो- दूधकोशीमा । हामी गएको बाटो अब केही घुमेर त्यतै गएथ्यो ।

बाक्लो जङ्गल केही छाँटिएथ्यो । त्यही भएर यो पुल देखिएको होला ।

हामी सरासर हिँडेर पुल पुग्यौँ । ल्हाक्पाले पात चुँडेर पुलको मुखैमा चढाए । मैले पनि त्यसै गरेँ । पुलभरि राता, सेता, पहेंला, निला लुङता फर्फराइरहेथे ।

'देउरालीलाई पाती चढाउने' चलन सबैको रहेछ । यहाँ खोला र पुल भएथे देउराली ।

पुल तरेर पारि पुगेपछि म लमतन्न परेर बसेँ । ल्हाक्पा बूढा र क्षितिज पनि अकासतिर अनुहार हुत्याएर पल्टे ।

'अब उनेरू नआउन्जेल नहिँड्ने ।'

ल्हाक्पा बोलिरहेथे ।

उनीहरूलाई कुर्दासम्म बिसाउन पाउने कुराले निकै खुसी लाग्यो मलाई । किनभने अबको पूरै २ घण्टाको उकाली थियो– हाम्रा अगिल्तिर उभिएथ्यो ।

त्यो उकाली उक्लनुअघि हाम्रा नौनारी बलिया नपारी भएकै थिएन । हाम्रा पाँसुला, तिघ्रा, नसा, गोलीगाँठा, पैतालामा 'पाइन' थप्नैपर्ने भएथ्यो ।

यो फोर्चेको उकालो रे ।

खोला तरेपछि बटारिँदै उकालिएको गोरेटोमा पाइला सार्न थालेँ । देब्रे, दाहिने, फेरि देब्रे, दाहिने भएर बाटो उकालो चढिरहेको छ ।

अरूहरूलाई सामान्य लाग्दै होला । तर मेरा छेपारी तन्किन थाले । अघि ओरालोमा निकै खाँदिएथे । तीन फन्को मारेपछि थकाइ माऱ्यौँ ।

मैले २-३ घुट्को पानीले घाँटी भिजाएँ । खल्तीको रूमाल पानीमा भिजाएर निधार पुछेँ, गर्धन पुछेँ, आँखा पुछपाछ गरेँ ।

फेरि तेर्पे भएर तीन फन्को उकाली पुग्दा बाक्लो रूखहरूको सियाँल टुप्लुकियो । म खोलापारिको पहिरेनी गोरेटो खोजिरहेको थिएँ । जसले मेरो बिहान सातै लगेथ्यो । निकै माथिसम्म दूधकोशीको गर्जन सुनिन्थ्यो । उसले हुत्याएका लहरले पुछेका रूखपात हल्लिएको पनि म देखिरहेथैं ।

पाखैपाखो भएर निकै हिँड्यौँ । अजङ्गको पहाड रहेछ हामी उक्लिरहेको । स-साना चुली र सुनपातीका बुट्यान देखिन्थे ।

'यो चैं भैरूङपाती !'

रेगबाजेले देखाए मलाई- हावाले कैँची चलाएर मुठारिएको बुटो । मैले ३-४ पात चुँडेर नाकमा लगेँ । मेरा छेउका अमरले हाच्छिउँ गरे ।

'यो नहुने खालको मान्छे हो ।'

'मैले खाँदा उसलाई लाग्ने ।'

बीरू मगरले भन्दा एकछिन हामी हाँस्यौँ ।

बाटो घुमेर उकालियो । एउटा अजङ्गको पहरोमुनि ओडार थियो । त्यसैमा घाँस राखिएको थियो ।

दक्षिणपट्टि ठूलो समथर टार देखा पऱ्यो । त्यसैमा ३-४ केटाकेटी खेल्दै थिए । अलिक भीरमा चौरीका बथान देखिए ।

हामी एकोहोरो पश्चिमको पाखो भएर उक्लिरहेथ्यौँ ।

हिजो त्याङबोचेमा चौरी धपाइरहेका बूढा शेर्पाले भनेको सम्झेँ- 'फोर्चेका केटी राम्रा, खुम्बिलाका केटा नराम्रा ।'

'ए, हो त ?'

मैले यो कुरा कहाँ गएर ठिक-बेठिक छुट्याउने होला ?

मनमा कुरा खेलाउँदै हिँडिरहेको छु ।

भरे बेलुकीसम्म फोर्चे पुगिन्छ- केटी पनि देखिन्छन् । तर खुम्बिला पो म कसरी जाने, कहाँ देखुँला त्यहाँका केटाहरू ।

उकालो देख्ता खुट्टा रमाउने तर छाती डराउने गर्थ्यो मेरो । किनभने उकालो हिँड्न मेरा घुँडा थाक्दैनथे । तर ओरालो भेट्दा घुँडा रून्ने र मन रमाउने गर्दथ्यो मेरो ।

ठाडै भीर आयो । स्वाँ-स्वाँ भयो यसपालि ।

माथि डाँडाको टुप्पैदेखि पहिरिएर हामी हिँड्ने गोरेटोसम्म आइपुगेथ्यो ढुङ्गाको रास । पहिरोमाथि निकै हिँड्नु पऱ्यो ।

'ढुंगा खस्लान् है । मास्तिर झारल छन् ।

बीरूले भनेपछि हामीले गति बढायौँ ।

फन्को मारेर गएको बाटो एउटा सिङ्गै चिल्लो ढुङ्गो थियो । त्यही ढुङ्गोमा पनि मान्छे बढ्ता हिँडेर होला–डोब बसेको लाग्थ्यो पैतालाको ।

हामीले छोडेर आएका भीर, खोला, पाखा र पखेरा भुइँ कुइराले छोपियो । दूधकोशीको गर्जन पनि मत्थर भएर बिलायो ।

मगर र रेग बाजे लामा-लामा पात गरेका घाँस चुँडेर हिँडिरहेथे ।

'यो अचार खान काम लाग्छ ।'

वन लसुन र जटामसीका बिटो दुवैका खोकिलामा थिए ।

हामी गइरहेको बाटो बटारिएर अझै परको भित्तो भएर गयो । पाङ्बोचेबाट आएको बाटो त रेखाजस्तो आक्कलझुक्कल देखिरहेथेँ म । वरिपरि घना पहाडैपहाड थिए । खुम्बिला छेलिएथ्यो । सगरमाथा र आमादब्लम पनि ओझेल परिसकेथे ।

अहिले त पूरै हरिया पहाडको

ताँती थियो जतातते ।

माथि गएको गोरेटो झन्-झन् जब्बर र अरिमट्ठे भएर गइरहेथ्यो । एउटा अलिक पर-परको गोरेटो समथर पाराले गयो । तर हामी त झन्-झन् उकालियौँ । भीरको बाटो भएर जानुपर्ने रहेछ । बाटो देखेर मुटु थर्‍र हुन्थ्यो ।

मैले त पूर्वतिर हेर्न सकिनँ । एकै पटक तल ड्वाम्म खोलामा पुगिने । कहाँ हो कहाँ छाँगाछुर भीर थियो । अजङ्ग-अजङ्गका ढुङ्गा दाह्रा डिच्याएर अकासतिर हेरिरहेका लाग्थे ।

कुइरो बटारिएर चारैतिर फैलियो ।

'आएको ठाउँ पनि हरायो । जाने ठाउँ पनि देखिदैंन ।'

कुइराको मुस्लोले मलाई समेत निलेपछि बोलेँ । मेरा कुराले अरूका कान पनि ठडिए ।

हामी यहीँनिर एकछिन बस्यौँ । पानी घुट्कायौँ ।

३८५० मिटर माथि पुगेका रहेछौँ । सास नपुगेजस्तो भयो सबैलाई । भीर च्यापेर बस्यौँ । कुइराले सिङ्गै शरीरलाई छोएर गयो ।

'यी मनुख्खे नयाँजस्ता पो छन् त !'

अरू त यतैका थिए । तर म यो भेगको थिइनँ । मेरा लागि यो ठाउँ सपनाको मात्र थियो । अनि त भुइँकुइरोले अचम्मले जिब्रो टोक्नु अनौठो पनि थिएन । विपनामै यतै सास फेर्थे ।

एक जना बूढा शेर्पा आफूभन्दा अग्लो दाउराको भारी टाउकामा हालेर अघि उक्लिएथे । उनको दुःख हेर्न सकेको थिइनँ मैले ।

हामी बिसाउँदा उनी आइपुगे ।

'निकुञ्ज हो ?'

उनले हामीलाई निकुञ्जका कर्मचारी ठानेका रै'छन् ।

हामी बोलेनौँ ।

'मो बोन पसेन । बाहिर-बाहिर टिपेर ल्याको ।'

उनले सफाइ पनि दिए ।

बाजेले सबैतिर देखाएर भने- 'होइन, निकुञ्जको । सबै काठमान्डुको हो ।'

दाउरे बूढाले गाला कन्याएर सन्तोष माने ।

अनि हामी बाटो लागेका थियौँ ।

अघि छुटेको बाटो आयो ।

कुइरो पनि फाट्यो । वरपर मज्जाले देख्न थालेँ मैले ।

पहेँला, सेता रहरलाग्दा फूलहरू पाखाभरि फुलेका थिए । साना बुकी फूलजस्ता फूलगुच्छा टिपेर मैले त कानमा सिउरेँ ।

'माला लाए पनि हुन्छ ।'

बीरूले जिस्काए ।

५-६ वटा थुँगा लहरोमा बाँधेर लाई पनि दिएँ । मैले हातैमा झुन्डाएँ ।

माथि डाँडामा पुग्दा बाटो मोडिएर अलिक तेर्छोतिर लाग्यो । यो भन्ज्याङजस्तो कोटमा माथि पाङबोचेबाट आएको बाटो पनि जोडियो ।

दाहिनेतिर दुई वटा माने थिए । ढुङ्गाका रास थुपारेर टुप्पोमा ३-४ वटा लुङ्ता हल्लिरहेथे । अरू हावाले फटाएर च्यातिएका थिए ।

मैले घुम्तीमा मानेको स्वागतलाई छातीभरि राखेँ ।

अनि ओरालैओरालो सुरू भो । पातलो कुइरो फेरि तलदेखि मुस्लो बटारिएर आयो । हेर्दाहेर्दै सर्र छरियो ।

'ऊ झारल-झारल ।'

रेग बाजेले देखाए ।

ओहो, हो त रहेछ । तल-माथि सबैतिर मान्छेभन्दा अग्ला-अग्ला झारल पहिरोमा । अलिक होचा पोथी र निकै अग्ला-अग्ला रहेछन् भाले । बाख्रा प्रजातिका यी झारल नडराईकन चरिरहेथे । शिकार र हिंसामुक्त यो क्षेत्र भएकाले पनि होला– झारलहरू पुलुक्क हेर्थे र चर्थे ।

'मान्छेले केही गर्दैनन् ।'

यही ठानेरै होला धपाउँदा पनि आफ्नै तालमा चरिरहन्थे यी । यसो मुन्टो उठाएर सर्र हेर्थे फेरि चर्नमै व्यस्त हुन्थे ।

ओरालो र तेर्छो झरेपछि हामी फोर्चे पुगेछौँ । बाक्लो कुइराले घ्वाप्पै छोप्यो फोर्चेलाई ।

अलि-अलि फाटेका ठाउँमा झुरूप्प घरहरू देखिन्थे । शेर्पाहरूको मौलिक शैली र परम्परा बसेको पुरानो गाउँ रहेछ । चोथा, आलु फलेका मलिला गराहरू देखिन्थे । राम्रोसँग घरहरू देख्न नपाएकोमा खिन्न थियौँ । मन उदास भइरहेथ्यो ।

सगरमाथा जाने एउटा मुख्य बाटो यो पनि भएकाले हरेक घरमा होटेल, रेस्टुराँ, लज र पसल भएको पाटी देखिरहेथेँ म । घरैपिच्छे पसल भएको लाग्थ्यो ।

फोर्चे प्राचीन शेर्पा बस्ती रहेछ । यहाँ अरू जातजातिका मानिस नभएको सँगै हिँडेका ल्हाक्पा बूढाले पनि भनिरहे- 'हो, पिओर शेर्पा गाउँ ।'

अलिक तल पुगी मूल बाटो छोडेर आलुबारीतिर लाग्यौँ । बारी कुरिरहेका ५-६ वटा भोटे कुकुरले हामीलाई 'आलु छोइ मात्र हेर त' भने जस्तो पारामा बसेका देखिए । हामीले पनि माटोमा डाम नबसोस् भनेझैँ गरी पाइला सार्‍यौँ डरले छिटोछिटो । आलुबारी कटेपछि अघि गाउँ पसेको बाटो आएर उहीनेर फेरि जोडियो ।

अलि-अलि पर्न थालेको पानी बाक्लियो । छाता आफ्नै झोलामा राखेको रहेँछु । अहिले काम दियो । मेरो बुद्धिले पनि बेला-बेलामा कस्तो चमत्कार गर्दोरहेछ है !

आफैँ हाँसेँ म ।

ओहो ! कस्ता रमाइला घरहरू ।

लज, रेस्टुराँ, होटेलको ताँती

त यहाँ रहेछ । घरहरू पूरै शेर्पा पारामा थिए । कतिमा गुम्बा जोडिएका । कतिमा घर अगिल्तिर माने बनेका । सबै घर अगिल्तिर लुङ्ता हल्लिरहेथे ।

रंगीबिरंगी लुङ्ताले घरको सुन्दरतासँगै पवित्र र शान्तिको आभाष लाग्थ्यो । हरेक घरहरूका छानामा होटल, लज र रेस्टुराँको नाम लेखिएको थियो । सबै घरहरू एकै शैलीका देखिन्थे ।

लामा, ठूला, फराकिला र असाध्य भव्य खालका घरहरूले भरिएको थियो फोर्चे । निकै ठूलो बस्ती रहेछ फोर्चे । यी घर, यहाँका बारी, यहाँका घरको सिँगार पटार आदि कुराले यो गाउँ ठूलाठालुकै हो भन्ने लाग्थ्यो ।

'सभ्यता र धनधान्य हेर्न आँगन हेर्नु रे, ज्ञान थाहा पाउन बोली सुन्नु रे' भन्ने गर्नुहुन्थ्यो- आमा ।

यहाँको धन र मन थाहा पाइसकेँ । फोर्चेसँग पुरानो संस्कृति, पुर्खाको सम्पत्ति र समाजले जोगाई ल्याएको पुँजी बाँचेकै रहेछ भन्ने मैले अड्कल काटेँ ।

पानी परिरहेकै थियो ।

डोले र पाङ्बोचे आइपुग्न सास्ती । पूर्व एउटा होटल थियो । हामी त्यहाँ उभिएको देखेर दक्षिणतिरकी शेर्पीनी चुरीफुरी गर्न थालिन् । 'यता बस्नुस्, यता' उनी भनिरहेकी थिइन् ।

बस्तीको पुछारमा पहेँलो सूचनापाटी थियो । त्यसमा पाङ्बोचे, डोले आउने-जाने बाटाहरू देखाइएथे । दुवै ठाउँका लागि तीन घण्टा समय लाग्ने लेखिएथ्यो त्यहाँ ।

'खाना कता खाने ?'

अमरले मलाई सोधे ।

मेरा लागि त यो ठाउँ 'मायालुको गाउँ जाने' जस्तै थियो । मैले कसरी यहाँ, यो ठाउँमा, यस्तो खालको र यति बजे खाने भनेर भन्न सक्थेँ र ।

मुख बिगारेर खोई भनेँ ।

उनी ल्हाक्पा बूढालाई सोध्न गए । मेरा आँखा त यहाँको भरिपूर्ण संसार देखेर थोरबहुत अघाएको थियो । बिहान खाएका आलु र अहिले एक मान्छे अग्ला बराबर आलुका बोट देखेरै छक्क परिरहेथेँ । 'बोटै त यति अग्ला, फल चैँ कत्रा होलान् ?' मैले क्षितिजलाई सोधेँ ।

उनले पनि अलिक तेर्छो नाघेर हामी गोक्यो लेक जाने गौँडामा पुगेछौँ । फेरि तलतिर झरेर बाटो कुइँक्क दक्षिणतिर छुट्टिन्थे ।

बूढा कराए–'अमर खाना पकाउन लाग है फोर्चे ठाँगामा । कुदिहाल । हामी आउँदै गर्छौं ।'

छेउमा रहेको गुम्बामा मैले हात जोडेर आफूलाई रोकेँ । आँखा चिम्लेर मन थिर गराएँ । फोर्चे पुग्दा दिउँसोको पानी झन् जोडले दर्किन थाल्यो । ♦♦♦

डिजिटल ठगीको पासो बन्दै सामाजिक सञ्जाल

✍ **प्र.ना.उ. जनार्दन घिमिरे**

सामाजिक सञ्जालको विकास र यसले पारेको प्रभावले यसको बढ्दो प्रयोगसँगै हामीले यसका विभिन्न चुनौतीको पनि सामना गर्न परिरहेको छ । जस अन्तर्गत अहिले सामाजिक सञ्जाल डिजिटल ठगीको प्रमुख माध्यम बन्न थालेको छ । अहिले हाम्रो समाजमा शहरदेखि गाउँसम्म बच्चादेखि वृद्धसम्म हरेकको हातहातमा इन्टरनेट र स्मार्ट फोनको पहुँच बढेसँगै यसबाट प्राप्त हुने विभिन्न डिजिटल विज्ञापन सामग्री साथै त्यसको विश्वसनीयता जाँच नगरी प्रलोभनमा पर्दा क्षणभरमै लाखौँ रुपैयाँ गुमाउनु परेको अवस्था छ ।

खास गरेर अहिले सामाजिक सञ्जाल फेसबुक, ह्वाट्स एप, टेलीग्राम, ट्विटर, भाइबर जस्ता विभिन्न सामाजिक सञ्जालमा आउने विभिन्न विज्ञापन र त्यसमा राखिएका आर्थिक प्रलोभनका म्यासेजको विश्वासमा परेर लाखौँ रुपैयाँ गुमाउनु परेका घटना दिनानुदिन बढ्दै गएका छन् । नेपाल प्रहरी प्रधान कार्यायलको पछिल्लो आर्थिक वर्षको साइबर ठगीका विभिन्न घटनालाई तुलना गर्ने हो भने साइबर ठगीको घटनाको वृद्धिदर भयावह रुपमा बढ्दो छ । आर्थिक वर्ष २०८०।८१ मा साइबर ब्यूरोमा १९ हजार ७ सय ३० वटा साइबर अपराध सम्बन्धी घटनाका उजुरीहरू परेकोमा त्यसमा ४ हजार १ सय १३ वटा उजुरी साइबर ठगी सम्बन्धी उजुरी परेका थिए भने यो आर्थिक वर्षको साउनदेखि मंसिरको तेस्रो हप्तासम्म परेको साइबर अपराधका ७ हजार ५ सय नब्बे उजुरी मध्ये ३ हजार १ सय नब्बे वटा उजुरी अर्थात् आधाजसो उजुरी साइबर ठगी सम्बन्धी छन् । यस अवधिमा करिब त्रीचालीस करोड भन्दा बढी रकम ठगिएको छ भने टेलिग्राममार्फत मात्र अठ्ठाइस करोड भन्दा बढी रकम ठगी भएको ब्यूरोको तथ्याङ्कले देखाउछ । यसरी तुलना गर्ने हो भने गत वर्षको कुल उजुरी भन्दा यस आर्थिक वर्षमा दोब्बर संख्यामा उजुरी पर्ने देखिन्छ। चिठ्ठा, उपहार, अनलाइन जब, अनलाईन टास्क, अनलाईन गेम, इ-सेवा, खल्ती जस्ता वालेट साथै मोबाइल बैकिङको रिवार्ड प्वाइन्ट तथा

अपडेट गरिदिने, अपुताली जस्ता विभिन्न बहानामा हुने साइबर ठगी अर्थात् डिजिटल ठगीका घटना दिनानुदिन बढ्दै जानुमा मुख्य तया ३ वटा कुराले प्रमुख भूमिका खेलेको हुन्छ, त्यो हो आस, त्रास र विश्वास। डिजिटल ठगी बढ्ने प्रमुख कारण मध्ये एउटा कारण आशा वा प्रलोभन हो । आस अर्थात् आशा भन्नाले ठगीने व्यक्तिलाई सामाजिक सञ्जालमा आउने विभिन्न प्रलोभन युक्त विज्ञापनमा विश्वस्त भई थोरै लगानीबाट प्रशस्त रुपमा नाफा कमाउन सकिन्छ भन्ने आशा वा प्रलोभनमा परेर पैसा लगानी गर्दछ र अन्त्यमा त्यसको रिटर्न नपाए पश्चात उसले आफू ठगीएको थाहा पाउछ । हुन त कतिपय व्यक्तिले यो ठगी हो भन्ने कुरा जान्दाजान्दै पनि थोरै लगानी त होनी के हुँदोरहेछ भनेर लगानी गर्दछ। त्यस्तोमा सुरुवातमा उसले रिटर्न पनि पाउछ । त्यसपछि थप लगानी गरेमा धेरै नाफा पाउन सकिन्छ भनेर उसले थप लगानी गर्दछ र त्यसपछि उसले पैसा लगाउदै जान्छ तर फिर्ता नपाएपछि अनि मात्र ऊ ठगीएको थाहा पाउछ । खास गरेर इन्भेस्टमेन्ट फ्रड त्यस्तै विभिन्न अनलाइन गेम खेलेर लाखौँ पैसा कमाउन सकिन्छ भनेर राखिएको विज्ञापनको विश्वास पीडितहरू ठगीने गरेका छन् । यसै गरेर डिजिटल वा अन्य ठगीको अर्को कारण त्रास हो । अर्थात् यस प्रकारको हुने साइबर ठगीमा खास गरेर सुरुवातमा विभिन्न प्रलोभनमा परी पैसा लगानी गरिसकेपश्चात एकातर्फ उसलाई पैसा फिर्ता आउछ भन्ने आस हुन्छ भने अर्को तर्फ उसले धेरै लगानी गरिसकेको कारण थप पैसा लगानी गरेन भने बाँकी पैसा पनि गुम्छ भन्ने त्रासको कारण पनि पीडितले अझ धेरै पैसा लगानी गरेको हुन्छ। यसमा खास गरेर उपहारको नाममा हुने ठगीमा पीडितले लाखौँ पैसा गुमाएका हुन्छन्। यस्तोमा सुरुमा पीडितलाई पार्सल वा उपहार आएको र त्यसलाई छुटाउन भन्सार बापतको शुल्क बुझाउनु पर्ने भनेर प्रलोभन देखाइन्छ। जब पीडितले पैसा पठाउन थाल्छ त्यस पछि विभिन्न बहानामा ठुलो मात्रामा डलर र सुन समेत रहेको र थप पैसा लाग्ने त्यस्तो पैसा नदिएमा प्रहरीले पक्रन सक्ने भनेर समेत त्रास देखाएको पाइन्छ । त्यस्तोमा पीडितले कानूनी झमेलामा पर्नुभन्दा पैसा बुझाएमा उपहार पाइने आशा र कानूनी झमेलाको त्रासले लाखौँ रकम बुझाएपश्चात मात्र आफू ठगीएको थाहा पाउछ । सामाजिक सञ्जाल प्रयोग गर्ने क्रममा त्यसमा आउने विभिन्न प्रलोभन युक्त विज्ञापनको बारेमा त्यसको सत्य तथ्य जाँच नगरी विज्ञापनमा भने बमोजिम आफ्ना विवरणहरू उपलब्ध गराउने अथवा लगानी गर्दै जाने कारण अन्त्यमा जब पीडितले भने बमोजिमको रकम फिर्ता पाउदैन तब मात्र

उसले आफू ठगीएको थाहा पाउछ । यसरी पीडितले विभिन्न एकाउन्टमा पैसा जम्मा गर्ने क्रममा पहिला त ऊ आफै लगानी गरिसकेपश्चात त्यसको रिटर्न पाइहाल्छुनी भनेर विश्वस्त हुन्छ भने अर्को तर्फ उसले जम्मा गरेको पैसा कुनै अर्को नेपालीकै खातामा जम्मा गरेको त हो नी । यदि फिर्ता आएन भने त्यसको विरुद्ध प्रहरीमा उजुरी गर्न सकिहालिन्छ नि भनेर समेत ढुक्क भएर पैसा लगानी गरिरहेको हुन्छ ।

यसै गरेर अर्को तर्फ दोस्रो तहमा ठगीने व्यक्तिहरूलाई जागिरको महत्वपूर्ण अफर भनेर घरमै बसेर पैसा कमाउन सकिने प्रलोभनमा मध्यस्तकर्ताको काम लगाएर ठगी गर्ने गरेको घटनामा समेत त्यस्ता व्यक्तिले विश्वासमा परेर आफ्नो बैंक एकाउन्टमा जम्मा भएको रकम भने बमोजिम नै खातामा पठाउने गरेर ठगी गर्नेको विश्वासमा पर्ने गरेको पाइन्छ । यस्तै गरी उपहारको नाममा हुने ठगीमा विभिन्न भन्सार एजेन्ट बनेर उपहार प्राप्त गर्न भन्सार शुल्क बापतको पैसा पठाउन भनेर गरिने ठगीमा पनि नेपालीकै खाता भएकोले विश्वासमा परी ठगीने गरेको पाइन्छ । त्यस्तै विभिन्न बैकिङ्ग वालेटका कर्मचारी बनेर उक्त वालेट प्रयोग गरे बापत विभिन्न रिवाडं पोइन्ट प्राप्त गरेको र सो प्राप्त गर्न बैंक डिटेल मागेर उल्टै खातामा भएको रकम समेत तानिदिने घटनामा समेत पीडितले साच्चैको प्रतिनिधि ठानेर विश्वासमा पर्दा ठगिन पुगेको देखिन्छ । यसमा पीडितलाई के थाहा हुन्न भने कुनै पनि नेपालीले नेपाली बैंक बाहेक अर्को खातामा पैसा जम्मा गर्दैन र अर्को कुरा यसरी जम्मा गरिएको पैसाको खातावालालाई पनि ठगी गर्नेले यस्तै प्रलोभन र विश्वासमा पारेर ठगी गरेको हुन्छ।

यसरी अहिले सामाजिक सञ्जालमा भएको विभिन्न आर्थिक प्रलोभन युक्त विज्ञापन सामग्रीको विश्वासमा परेर लगानी गर्दा त्यसबाट लाभ हैन उल्टै हानि हुने हुनाले त्यस्ता सामग्रीको पछि लाग्नु भन्दा पनि यस्ता सामग्रीबाट सचेत रहनु जरुरी हुन्छ सामाजिक सञ्जालमा विभिन्न जानकारीमूलक, सुचना मूलक र ज्ञानबर्द्धक सामग्री प्राप्त गर्न सकिन्छ अझ भन्नुपर्दा कतिपय अवस्थामा सिपमूलक सामग्री पनि प्राप्त गर्न सकिन्छ बरु यस्ता सामग्रीबाट ज्ञान र सिप हासिल गरेर स्वरोजगार बनौँ नकि छिटै धनि बन्ने प्रलोभन युक्त विज्ञापनको पछि लाग्दा कतिपय अवस्थामा घरबार बिहिन हुनुपरेका घटना समेत रहेकोले यसबाट सचेत रहनु जरुरी छ। सामाजिक सञ्जाल हाम्रो सहयोगी हो । त्यसैले यस्ता डिजिटल माध्यमलाई सहयोगीको रूपमा प्रयोग गरौँ ताकि यो हाम्रो लागि डिजिटल पासो नबनोस् ।

♦♦♦

पुष्प व्यवसायको आर्थिक पाटो

✍ **सुदर्शन अधिकारी**

फूललाई कोमलता, सौन्दर्य र मायाको प्रतीकको रूपमा लिइन्छ । फूल मानव जीवनको हरेक पक्षमा आवश्यक हुन्छ । खासगरी तिहारको समयमा बढी फूलहरूको उपयोग गरिन्छ । यम पञ्चकको पाँचै दिन काग, कुकुर, गाई, गोरू र भाइ तिहारका अवसरमा फूलहरूको उपयोग ज्यादा गरिन्छ । अन्य समयमा पनि नियमित रूपमा पूजाआजा लगायतका विभिन्न कार्यहरूमा फूलको प्रयोग हामी गर्छौं । नेपालमा व्यावसायिक रूपमा फूलको खेती गर्न थालिएको धेरै समय भएको छैन । करीब एक दशक अगाडि देखि भने केही उद्यमी व्यावसायीहरूले फूलको व्यावसायिक उत्पादन गर्न थालेको देखिन्छ । पहिले सामान्य रूपमा मन्दिरमा भगवान्का लागि मात्र चढाइने फूलको उत्पादन आज विभिन्न स्थानमा रहेका मेहनती र स्वरोजगारी सिर्जना गरी आत्म निर्भर बन्नका लागि उदाहरणीय कार्य गर्दै आएका देखिन्छ ।

पछिल्लो समय भने हामी नेपालीहरूमा पाश्चात्य संस्कृतिप्रतिको मोहका कारण विदेशी पर्वहरू ज्यादा मनाउने तर आफ्नो मौलिक पर्व तथा उत्सवप्रति बेवास्ता गर्ने प्रवृत्ति बढेर गएको छ जुन उचित भने होइन । आफ्नै गाउँ घर पाखा पखेराका सामान्य खर्चमा फूल उत्पादन गरी प्रशस्त मात्रामा आर्थिक लाभ लिन सकिने अवस्थाको सिर्जना भएको छ । बढ्दो बेरोजगारी समस्याबाट केही मात्रामा भने पनि कमी गरी स्वदेशमा नै श्रमबाट फाइदा लिन सक्नु भनेको हरेक हिसाबले सकारात्मक कार्य हो । आज रोजगारीका लागि दैनिक तीन हजार युवा जनशक्ति विदेश जान विवश छन् । यस्तो अवस्थामा सहज रूपमा बजार पाइने फूलको व्यावसायिक खेती गरी रोजगार बनेर उदाहरण बन्नु आफैँमा गौरवको विषय पनि हो ।

विदेशी संस्कृतिको विषयमा चर्चा गर्दा भ्यालेन्टाइन डेको दिनमा मात्र विशेष गरी गुलाफको फूल भारत लगायतका देशबाट तीन करोड भन्दा बढीको आयात गरिन्छ । यदि ती फूल नेपालमा नै उत्पादन गर्न सक्ने हो भने विदेशिने रकम बचत हुने

र स्वदेशमा नै थप रोजगारी समेत सिर्जना हुने थियो । हिन्दु धर्मावलम्बीहरूको सन्दर्भमा चर्चा गर्ने हो भने उनीहरूको हरेक कार्यमा फूलको आवश्यकता पर्छ । यहाँसम्म कि कुन समयका के कार्य गर्ने र कुन रङ्गको फूलको प्रयोग गर्ने भन्ने समेत हिन्दु शास्त्रहरूमा वर्णन गरिएको पाइन्छ । जस्तै, मृत्यु संस्कारमा तितेपातीको पात फूलको प्रयोग गरिन्छ भने वार्षिक तिथि र श्राद्धमा भने सेता फूलहरू जस्तै टक्कर, पारिजात अदिका फूल उत्तम मानिन्छ । त्यस्तै देवीहरूका लागि रातो फूल राम्रो मानिन्छ ।

पुष्प व्यवसाय कृषि व्यवसाय जत्तिकै महत्वको व्यवसाय बनेको छ । यसको फस्टाउँदो व्यवसायले गर्दा अन्य बेरोजगार युवा जनशक्तिलाई पनि यस क्षेत्रमा आउन थप प्रेरणा दिएको देखिन्छ । यदि राज्यले व्यावसायिक रूपमा पुष्प खेती गर्न चाहन्छ भने अनुदानको व्यवस्था गरी उनीहरूलाई थप प्रोत्साहन गर्न आवश्यक छ । त्यसै गरी बजारको व्यवस्था अनि भण्डारणको समेत व्यवस्था गरिदिन सक्ने हो भने अवश्य पनि फूल खरिद गर्ने ठूलो रकम बच्ने र स्वदेशमा नै रोजगारी सिर्जना भई राज्यलाई समेत करका माध्यमबाट फाइदा हुने देखिन्छ । जहाँ इच्छा त्यहाँ उपाय भने झैं जाँगर भयो भने एक दुई रोपनी जमिनमा मात्र फूलको खेती गर्ने हो भने वार्षिक चार पाँच लाख कमाउन सकिने कुरा व्यवसायी बताउँछन् ।

हरेक व्यवसायको लागि अपरिहार्य भनेको बजारको व्यवस्था नै हो तसर्थ पुष्प व्यापारको मुख्य स्थल भनेको धार्मिक भए पनि मानिसको जन्म, मृत्यु, विवाह, उत्सव सभा, समारोह जुलुस लगायतका अवसरमा पुष्पको माग ज्यादा हुने गर्छ । साथै चर्चित व्यक्तिको निधनको समयमा त श्रद्धासुमन चढाउनका लागि अत्यधिक मात्रामा फूलको खपत हुने गरेको छ । फूल वास्तवमा उच्च महत्वको वनस्पति भित्र पर्छ । कतिपय फूलहरूमा औषधीय गुणहरू पनि रहेका हुन्छन् । प्रकृतिले हामीलाई धेरै कुराहरू प्रदान गरेको हुँदाहुँदै पनि त्यसको उपयोगिता नजानेर हामीले औषधी र विष दुवै खालका वनस्पतिहरूलाई एउटै आँखाले हेरिरहेको हुन्छौं । फूलको महिमा उच्च रहेको छ । फूल सुगन्ध र रङ्गको मुहान पनि हो । मानवको जन्मदेखि हरेक धार्मिक, सामाजिक कार्य तथा विभिन्न उत्सव आदिमा नभई नहुने फूल हाम्रो जीवनमा अत्यावश्यकीय वस्तुको रूपमा रहेको छ । तसर्थ फूललाई हरेक धर्म र सम्प्रदायका मानवले सकारात्मक रूपमा मनन् गरेको पाइन्छ ।

फूलको सौन्दर्य हेर्ने कार्यमा मात्र रहेको हुन्छ न कि टिप्नुमा । यो भनेको घरायसी प्रयोग जुन सजावटका

लागि राखिएका हुन्छन्, त्यस्ता फूलहरू भने व्यावसायिक जस्तो गरी टिप्ने नगरी फूलेर बोटमा रहेसम्म राखिरहनुपर्छ । कतिपय मानिसहरूको बानी फूल टिपेर फाल्ने रहेको हुन्छ त्यो राम्रो होइन । त्यसै गरी कोपिला कहिल्यै पनि टिप्नु हुँदैन । यस्तो कार्यलाई असभ्यताको परिचायकको रूपमा समेत लिइन्छ । पुष्प व्यवसायको बारेमा चर्चा गर्दा पुष्पका बिरूवा उत्पादन गर्ने नर्सरीहरूको पनि व्यापक मात्रामा विकास भएको पाइन्छ । यसले पनि रोजगारी सिर्जना गरी अर्थतन्त्रमा थोरै मात्र भए पनि योगदान दिन सफल भएको देखिन्छ। पुष्पका नर्सरीले वातावरणमा पनि सकारात्क प्रभाव पारेको हुन्छ। हाल बढ्दै गएको प्रदूषण केही मात्रामा भने पनि कम गर्न महत्वपूर्ण भूमिका खेलेको हुन्छ।

हामी फूलमा आत्म निर्भर बन्न सकेका छैनौं । विशेष गरी तिहार तथा विवाह पञ्चमीको अवसमा अर्भै पनि करोडौं रकम खर्च गरी फूलको आयात गर्नुपर्ने अवस्था रहेको छ। यसको अन्त्य गरी स्वदेशमा नै उत्पादन गरी आत्म निर्भर बन्नका लागि राज्यले विभिन्न प्याकेजहरू ल्याएर युवा जनशक्तिलाई यस क्षेत्रमा आकर्षित गर्न सक्नुपर्छ । पुष्प व्यवसाय गर्ने व्यवसायीहरूलाई बजारमा आएका नयाँ प्रजातीका बिउ बिजन सहज रूपमा उपलब्ध गराउनुपर्छ । साथै उत्पादित पुष्पको बजारीकरण सहज रूपमा गर्ने वातावरण पनि सिर्जना गर्न विशेष ध्यान दिनुपर्छ। त्यतिमात्र नभई भण्डारणको समेत व्यवस्था हुनुपर्छ। तब मात्र पुष्प व्यवसायमा लागेकाहरूलाई उत्साह जाग्छ। यसले अन्य व्यवसायीहरू समेत यस कार्यमा आकर्षित हुने वातावरणको सिर्जना हुन्छ। विगत एक दशक अगाडिदेखि पुष्प सजावटको लहर समेत चल्दै आएको देखिन्छ।

अहिले सरकारी कार्यालय देखि निजी कार्यालय तथा विभिन्न संघ संस्थाहरूमा पुष्प सजावट व्यापक रूपमा हुने गरेका छन्। यसले मानवमा सकारात्मक प्रभाव पर्ने तथा काममा उत्साह थप्ने र प्राकृतिक वातावरणको समेत निर्माण हुने भएकोले सबै कार्यालयहरूले ठूलो रकम खर्च गरी पुष्प सजावट गरिरहेका हुन्छन्। पुष्प सजावटका कारण कार्यालयका मालीहरूले काम पाउने यता पुष्प व्यवसायीले नगद प्राप्त गर्ने अनि आर्थिक गतिविधि पनि चलायमान रहने भएको सर्वत्र सकारात्मक परिणाम दिने यस व्यवसाय ज्यादा राम्रो देखिन्छ। मनोवैज्ञानिक रूपमा पनि फूलबारीमा विचरण गर्दा मानवमा सकारात्मक उर्जा प्राप्त हुने गर्छ । तसर्थ साहित्य सर्जकहरू पनि एकान्त तथा प्राकृतिक वातावरण भएको सुन्दर शान्त फूलबारी नै रोज्ने गर्छन्। अर्को पक्ष भनेको मानवलाई अत्यावश्यक पर्ने अक्सिजन

पनि पर्याप्त पाइने भएको फूलबारीको महत्व त्यतिकै उच्च रहेको वास्तविकता सबैका सामु छिपेको विषय पनि होइन ।

फूलको सजावटको प्रसंगमा भन्ने हो भने अचेल हरेक घरका कौशी र छतमा गमलामा अनेकौ प्रकारका फूलहरू व्यवस्थित रूपमा राखेर मनोरम वातावरणको निर्माण गरिएको हुन्छ । यसले ती पुष्प व्यवसायीहरूको नर्सरीको बिरूवा बिक्री वितरण भएर व्यवसायलाई बढावा दिने काममा सहयोग पुगेको हुन्छ । अर्को रहेको छ ती फूल सजावट गर्ने व्यक्तिका घरका मानिसहरूको स्वास्थ्यमा समेत सकारात्मक प्रभाव पर्छ । गमलामा लगाइएका फूलहरूको गोडमेल, मलजल तथा रेखदेख गर्दा शारीरिक कसरत भएर शरीर फुर्तिलो र स्वस्थ बन्ने भएकोले यसले सबै पक्षमा फाइदा मात्र गर्छ । अर्को सन्दर्भ हमीले विशेष अवसरमा आयात गर्ने फूल स्वदेशमा नै उत्पादन गरी विदेशिने रकम जोगाउन सक्छौं भने राज्यले उचित वातावरणको सिर्जना गर्ने हो भने फूलको निर्यात गरी विदेशी मुद्रा समेत आर्जन गर्न सकिन्छ । ♦

कविता

चखेवा चरी

✍ **ललिता 'दोषी'**

आँखामा आइरहन्छ प्रियतमा मैलो मजेत्रोहरू
फुटेको कौडी छैन साथमा भन लौ म के गरूँ
नियाल्लिऊ गोरेटाहरूमा मैरै छायाहरू
निमोटिरहेछ्यौ पलपल सबै चाहनाहरू

दसैं, तिहार आउछ किन ? आलो घाउ कोट्याउँन
चाहेर पनि सक्दिनँ प्रियतामा शान्तिले निदाउँन
छोराले खोज्दो हो मलाई छोरीहरूले पनि
आँखामा नाच्छ ती अवोध आँखा रुँन्छु म घरीघरी

अर्थै भएन प्रियतमा जीवनको शून्य बगरझैं भयो
एक पेट खुवाउँने रहरमा सारा जीवन नै गयो
रुन्छ्यौ कि धुकुधुकु गर्दै हेरेर फोटाहरू
धिक्कार्लिऊ भाग्यलाई तिमीले सम्झेर चोटहरू

वैशाखी पाउन्न कतै दिन ढलेको ढलै छ
आँधीहुरी वर्षासँग जुध्नु परेको परै छ
आएन शरद् कहिल्यै न उमङ्ग छाउँछ
शूलले रोपेझैं यो मन छटपटाउँछ

खेपैं आरोह-अवरोह थुप्रै देखिनँ कहिल्यै बिहानी
शिखर चढ्छु भन्थें म भयो एकादेशकै कहानी
फर्कन्छु अब प्रियतमा सिँन्चिन्छु पसिना त्यही
मिठोपिठो खाएर बाँचौंला चखेवा चरीझैं भई
हो, चखेवा चरीझैं भई ....।

कथा

प्रेम या डर ?

✍ **डा.गितु गैरे**

किन उनीसँग मलाई डर लाग्छ ?

किन उनीसँग मलाई हरकुरा सोध्न मन लाग्छ ।

लाग्छ, मेरो जीवनको हर हिसाबको सबैभन्दा उत्तम निर्णय ऊ गर्न सक्छे ।

तर उसले बारम्बार भनेकी छे, "मलाई थाहा छैन ।तपाईँले नै विचार गर्नुस् न ! आफ्नो कुरा सबैभन्दा बढी आफैलाई थाहा हुन्छ । कुरो सबैको सुन्ने हो । निर्णय आफूले गर्ने हो ।"

त्यो फुच्ची केटी के विधि जान्ने होला ?

यस्तो यस्तो बोल्न, भन्न जानेकी ।

तिमी कति परिपक्व, तिम्रो उमेरका यस्ता मैले विरलै देखेको छु ।

उसलाई फूर्काएजस्तो लाग्ने फेरि । उफ् ! भन्छे-म प्रशंसाले मात्तिने मान्छे, फूरूङ्ङ हुने मान्छे होइन क्यारे ।

म फेरि थपिदिन्छु - मलाई पनि यस्तै मान्छे मन पर्छ ।

उसले ठाडै भनिदिन्छे - तर मलाई हजुर मन पर्दैन ।

यो केटीहरू मन जित्न साह्रै गाह्रो रहेछ । अति नै भएपछि मेरो मिल्ने साथी सौगातसँग आफ्नो दुखेसो पोखे ।

उसले हाँस्दै जवाफ फर्कायो। "मन नजित्दा सम्म कोसिस गरिरहने हो । एक चोटि जितेपछि जितियो- छोडदैनन् ।"

यही ढाडसले म पछि लागिरहेछु, तर किन यसै भनिहाल्न सक्दिन । उसको उपस्थितिको बलियो प्रमाण केही छैन । मात्र मेरो डरबाहेक ।

जीवनमा यसबाहेक पनि मैले सम्बन्ध गाँसेको थिए । तर प्रेम भयो या भएन यकिनसाथ भन्न सक्दिन । कलेज, विश्वविद्यालय हरेक ठाउँमा मेरा केटी साथीहरू धेरै थिए । तीमध्ये एक न एक जना मेरा केही घनिष्ठतम हुन्थे । उमेर र जवानीको जोस हो की, मेलै जीवनलाई गम्भीर तवरले नसोचेर होकी ? म यसैयसै हावाहावा थिए । जब कलेजका दिनहरू सकिन्थे उनीहरूसँगको सम्बन्ध पनि सकिन्थ्यो ।

समयले हो या, उमेर या आवश्यकता ? म यही भनी ठम्याउन

सक्दिन । अचेल मलाई एकैजना साथी चाहिएको छ । जोसँग म बच्चा हुन सकु, मजस्तै भएर बग्न सकु । हाँस्न मन लाग्दा उन्मत भएर हाँसु । रून मन लाग्दा उसको काधको बिसौनी लिन सकु तर किन रोएको भनी नसोधोस् । मलाई केहीबेर आँसुसँगै बग्न दिओस् । मेरो कल्पनाले, मेरो मस्तिष्कले उसकै आकृति देखिरहेछ । तर उसलाई म भनिहाल्न पनि सक्दिन । मैले प्रेम गर्ने भएर उसँग डराएको हुँ वा गुमाउछु की भन्ने भयले थाहा छैन । हुन त ऊ कहिल्यै मेरो भएकी छैन, गुमाउने डर नहुनु पर्ने ।

हुन त हरेक सम्बन्धहरू आवश्यकताले निर्माण हुन्छन् । सायद विवाह पनि दुई आवश्यकता मिलेर हुने त होला ।

उससँगको मेरो सामिप्यता अत्यन्तै फरक किसिमले निर्माण भएको हो । उसलाई देख्ने बित्तिकै मेरा आँखाहरू केही चन्चल भएथे । जुन दिन नयाँ अफिसरको रूपमा मेरै अफिसमा मेरै सहपाटी हुन आएकी थिई । त्यस दिन उसले खैरो पाइन्ट र फिक्का गुलाबी रंगको सट लगाएकी थिई । कालो केही अग्लो चप्पल लगाएकी थिई । कपाल पूरै फिजारिएको थियो । बेलाबेला उसले कपालको सप्को पछाडितिर फर्काउथी । हो मलाई दिन, गते र बार सबै याद छ । ज्योतिष विज्ञानमा विश्वास गर्ने म लाग्छ उसले मलाई घायल बनाउन नै साईत जुराएर यस अफिसमा प्रवेश गरेकी हो । साउनको बिस गते बुधबारका दिन पार्वती वा राधा खै के बनेर प्रवेश गरी कुन्नि । मेरो मनलाई म कसै गरे पनि रोक्न सकिन । अझ ऊ र म एउटै विभागमा काम गर्नुपर्ने भयो । मेरो त होस नै उडेजस्तो भयो जब सीईयोले तपाईँको असिष्टेन्टको रूपमा उहाँलाई नियुक्त गरेको हो भन्नुभयो तर मलाई खै खबर नै थिएन । हुन त बुढाले मलाई सोधेका थिए । मै बबुरो जान्ने पल्टेर सर त्यो पनि तपाईँकै जिम्मा भयो भनेर भागेको थिए । अलिकति भए पनि काम घट्छ कि भन्ने आशले । तर यहाँ परिस्थिति अर्कै मोड लिएको छ । अरू साथीहरूसँग मज्जाले हाँस्ने, बोल्ने, जिस्कने गर्छु । तर उसका सामु मेरो वाक्य नै फुट्दैन । म अफिसमा फाईन्यान्स म्यानेजरमा थिए । कामको कुरा पनि कनिकुथी बोल्न थालेको छु अलिअलि । ऊ आफै भन्छे, मलाई काम सिकाउनुस् है, सम्झाउनुस् है गर्नुपर्ने काम । कति सहजै बोल्छे । आफ्नो कुरा राख्छे ऊ ।

ऊ आएको करिब एक महिना भयो । बिस्तारै काम सहज हुँदै गयो । तर मेरो तनमन, मेरो मस्तिष्क, मेरो हृदयमा अमूर्त केही चल्दै थियो । त्यो कल्पना पनि कस्तो । अहो ! कहिलेकाहीँ काम गर्दागर्दै उसको काखमा निदाईदिऊ जस्तो लाग्छ ।

उसले कपाल मुसार्दिएको कल्पना गर्छु । फेरि केही भैपरी आउने पीरले अत्तालिन्छु । रातभर निदाउन सक्दिन । कोठाकै वरपर वरपर गरिरहन्छु । थकानले निन्द्रा लाग्छ कि भन्ने आशले । फेरि भान्छामा गएर घटघट पानी पिउछु । अनि आएर बिस्तारामा पल्टिन्छु । केही कम भएजस्तो हुन्छ । तर निन्द्रा पट्क्कै लाग्दैन । श्वासको गति केही बढ्दो छ ।

के भइरहेछ मलाई यस्तो डर त मलाई सानोमा बासँग लाग्ने गर्दथ्यो । केही काम बिगारी हालेको खण्डमा गाली नखादा सम्म म यसैगरी डराउँथे ।

मेरा बा स्कुलको प्रधानाध्यापक हुनुहुन्थ्यो जुन स्कुलमा म पनि पढ्थे । म जन्मिएदेखि बाको जागिर सरकारी भएको रैछ र श्री बालकल्याण मा.वि.को निर्विरोध प्र.अ. हुनुभएको रैछ । त्यसैले बाकै स्कुलमा थिए । ठूला दुई दाजुहरू उच्च शिक्षाको लागी काठमाडौँ गईसक्नु भएको थियो । दिदी कक्षा नौ मा भएकोले पढाई बिगरिन्छ भनेर पढिरहेकै स्कुलमा थिईन ।

निकै वर्षको फरकमा म जन्मिएको थिए । कान्छो छोरो मेरो दुधपुसुवा हो भनेर आमा औधी स्नेह देखाउनु हुन्थ्यो । तर बाले केही गरेको सम्झना छैन । सानोको त खासै सम्झना छैन । सायद काँधमै हालेर लग्नुहुन्थ्यो होला । स्कुल पुग्न करिब पौने घण्टा हिँड्नु पर्थ्यो। केही उकालो र सानो जंगल थियो । स्याङजा वालिङ्गको ती लोभ लाग्दो पहाडलाई अगाल्दै हिँड्नु जो थियो ।

अलिक ठुलो भएपछि त सबेरै उठेर कि वालिङ बजारमा दुध पुर्याउने की खरबारी गएर एक भारी घास काट्ने । अनि हस्याङफस्याङ आधी घण्टामा स्कुल पुग्ने ।

बाले कहिल्यै मलाई अघि लगाउनु भएन । बा अघिअघि कुद्नुहुन्थ्यो । पछिपछि म दौडन्थे । कता आईपुग्यो भनेर होला बेला बेला पछाडि फर्कनुहुन्थ्यो । ठ्याक्कै पछाडि हुँदा भन्नुहुन्थ्यो । “हेर जिन्दगीमा लामो लामो पाईला चाल्नुपर्छ । तलाई अघि लगाएर, डोराएर हिँड्न सधैँ म नहुन सक्छु । त्यसैले त आफैले हिँड्नुपर्छ । आफ्नो गन्तव्य पत्ता लगाएर पाईला अघिअघि सार्नुपर्छ । आज तेरो गन्तव्य स्कुलसम्म मात्रै हो । भोलि देश विदेश हुन्छ । पछाडि कहिल्यै फर्कने होइन । अगाडिको दुरदुर सम्म हेर्नुपर्छ ।”

मेरो बाल मस्तिष्कले केही बुझ्दैनथ्यो । तर मेरो लागि भन्नुभएको हो, मलाई माया गरेर हो भनेर म फुरूङ्ङ पर्थे । बाले कहिलेकाहीँ यस्तो यस्तो भनेको मलाई खुब मन पर्थ्यो ।

सरको छोरो भएकोले उहाँकै इज्जतको लागि भए पनि मैले खुब लगनका साथ पढ्दथे । नौ दशमा पुगेपछि

कहिलेकाहीँ मेलै जानिन भनेर सामाजिक, गणित र विज्ञानका प्रश्नहरू लिएर जान्थे । बाले निकै सजिलो गरेर बुझाउनु हुन्थ्यो । अनि बुझे भन्दा बाको "स्याबास" सुनेर निकै फुरूङ्ङ हुन्थे ।

अरूबेला गाली नगरे पनि एक किसिमले मलाई बासँग डर लाग्थ्यो । खै किन हो, म त्यसै डराउँथे । अहिले सम्झिदा लाग्छ, सायद त्यो डरप्रतिको सम्मान होला । बा अलिकति चिन्तन मनन गर्न रूचाउनु हुन्थ्यो । शनिबार पनि घन्टौसम्म किताब कपी बोकेर माथि बार्दलीमा बसेर निकैबेर घोत्लिनुहुन्थ्यो । सामाजिक, राजनीतिक विषयवस्तु भएका किताबहरू हुन्थे क्यारे । त्यसरी पढ्नु भनेको बाको लागि ध्यान गर्नु सरह थियो । कोही जादैनथ्यो, कसैले बोलाउदैनथ्यो । आमालाई सामान्य लेखपढ गर्न पनि आउदैन्थ्यो ।

आफू पढ्ने बेला "ओई यता आइज भनेर बाले बोलाउनुहुन्थ्यो रे । आमालाई कापी कलम टकार्नुहुन्थ्यो रे । आमाले नाईनास्ती गरेपछि सम्झाउनु हुने रैछ ।

"बाटोमा हिँड्दा क्यार्दा पनि सजिलो हुन्छ । कसैले झुक्याउन सक्दैन । छलकपटबाट बच्नुपर्छ । नाम लेख्न सक्नुपर्छ आफै भनेर बाले नै घरमा अक्षर सिकाउनु भएको रैछ । सधैँ म नहुन सक्छु नि भन्दा आमाको मन गह्रौ हुँदोरहेछ ।

"म अनपढ गवार, पढेलेखेकी अर्को विहे गर्नुहुन्छ की भन्ने भय पनि मनमा आउथ्यो रे" । ऊ बेला त पुरूषलाई जति विवाह गर्न पनि छुट थियो । कानूनी झमेला पनि नभएकोले सहज थियो । तर आमालाई कति दुख्दो हो । त्यो समयमा छोरीले कहाँ पढ्न पाउथे र । अशिक्षा र अध्यारौमै जीवन खेर नफाल है भनेर बाले जबरजस्ती अक्षर चिनाउनु भएको रैछ । सुरूमा त आमालाई पढ्नै मन थिएन ।

अक्षर चिनेर आफ्नो नाम आफै लेख्न थालेसी भने रमाउनु भएछ । बिस्तारै आमाले घरमै गरेको स्वअध्ययनबाट शिक्षाको उज्यालो प्रकाशतिर आफूलाई डोऱ्याउनु भएछ ।

यसरी बाले हामी सबैलाई आत्मनिर्भर बन्नुपर्छ भनेर सिकाउनु भयो । ममा बलियो आत्मविश्वास छर्नुभयो । जसलाई श्रद्दा र सम्मान गरिन्छ, उहीसँग त डर लाग्छ । जसको छत्रछायाबाट आज म, म बनैं । अझै केही बन्ने कोसिसमा छु ।

आज विवाह गर्ने उमेरको लाठे भइसके तैपनि बाको अगाडि धेरै बोल्न सक्दिन । फोनमा लामो संवाद गर्न सक्दिन । म बुबाप्रतिको प्रेम व्यक्त गर्नै सक्दिन ।

बासँग जस्तै धेरै बोल्न नसक्ने र उस्तै डर लाग्ने ....के म उनलाई प्रेम गर्छु र ? ◆◆◆

संस्कृति

काला बिराला, खुर्सानी-कागती र जुत्तालाई पूजा !

✍ अधिवक्ता प्रेमराज सिलवाल

नेपाली समाज परम्परागत चरण र धारणाबाट विकास हुँदै अत्याधुनिकतर्फ अघि बढ्दै आएको छ। सूचना र सञ्चारको क्षेत्रमा विश्वका समुन्नत मुलुकहरूले प्रयोग गर्दै आएका वस्तु र सेवा नेपाली समाजले लिइरहेको अवस्था हो । शिक्षा, विज्ञान, ज्ञान, विचार र दर्शनको प्रभावले समाज अग्रगमणतर्फ उकालो लाग्दै आएको देखिन्छ। यद्यपि, समाजले अनेकौं प्रकारका पुरातन, अवैज्ञानिक, रुढीवादी, सङ्कीर्ण र अर्थहिन संस्कार-संस्कृति समेत सँगसँगै अङ्गाल्दै आइरहेको छ । यसले नेपाली समाजलाई अगाडि जाने मार्गमा बाधा-व्यवधान पैदा गर्दै आएको छ।

शहरमा करोडको गाडी चढेर हिँड्ने मान्छेहरूमध्ये अधिकांशले ट्राफिक नियम उल्लङ्घन गरेका घटना देख्न र सुन्न पाइन्छ । खबरदारी गर्ने ट्राफिक भइदिएन भने रातो बत्तीमा वा 'वान वे' मा समेत सवारी हुँइक्याउने प्रवृत्ति र प्रचलन देखिन्छ । जेब्राक्रसिङ्गमा बटुवालाई धकेल्दै सवारी गुडाइने गरिएका देखिन्छन्। अर्थात्, मोटर, माइक्रोबस, मोटरसाइकल आदि सवारीलाई रोक्न ट्राफिकलाई पनि हम्महम्मे पर्ने गरेको छ। अब त्यहीँ एउटा कुनाबाट कुनै कालोबिरालो फुत्त सडकमा बाटो काट्न निस्कियो भने चाहिँ फेरि अर्को कुनै सवारी आउला र अनि मात्र आफू त्यसको पछि जाउँला भन्दै टक्कै सवारी रोकेर बस्नेहरू देखिन्छन्। यो कस्तो 'सम्मान' हो-कालो बिरालोप्रतिको ? यो कस्तो 'पूजा' हो कालोबिरालालाई ?

शहर-बजारमा अनेकौं नाममा सुपरमार्केट खुलेका देखिन्छन् । ठूलाठूला सपिङ्ग मल, मार्केट, प्लाजा र मार्केटिङ्ग सेन्टरहरू रहेका छन् । जताततै विभिन्न नाम, वस्तु र सेवा बेच्ने पसल, कार्यालय, अफिस, सोरुम आदि छन्। अधिकांश पसल, बजार र मार्केटहरूको ढोकैमा एउटा कालो धागोमा खुर्सानी-कागती उनेर झुन्डाइएका देखिन्छन् । ठिकै हो कसैले यसमा पनि रोजगारी चाहिँ पाएको होला ! यद्यपि, यसको वास्तविक अर्थ, कारण कसैले भन्दैन। सबैजसोको सोच, धारणा र विचार चाहिँ 'लच्छिन' लागोस्, अर्काको 'आँखा' नलागोस्, व्यापार धेरै होस्, 'गल्ला'मा

पैसा आओस् भन्ने नै देखिन्छ । यस्तो संस्कृतिले गल्लामा पैसा आउने हो त ? त्यसरी पैसा आउने भए शहर बजारमा खुलेका थुप्रै सटर, पसलहरूमा 'टु लेट' किन लेख्नुपर्दथ्यो ? पसल बिक्रीमा भन्ने बोर्ड किन टाङ्गनु पर्दथ्यो ? यसमा कुनै आधार देखिन्न । कसैले कुनै तर्क गर्दैन । अर्कोले त्यसै गर्दै आएको छ । मैले पनि गर्नुपर्दछ । कारण किन खोज्नुपऱ्यो ? बिहानै त्यो कालो धागोमा झुन्डिएका खुर्सानी-कागतीलाई दर्शन गरेपछि मात्र पेशा-व्यापार खुल्ने गरिन्छ । यसको अर्थ के हुन्छ ? कोहीसँग जवाफ छैन । त्यहीँ गल्लीगल्लीमा नोट, पैसा र सुन (धितो) को मात्र कारोबार गर्दै आएका च्याउसरि खुलेका बैंकका ढोकामा चाहिँ किन खुर्सानी-कागती टाँङ्गनु परेन ? खुसानी-कागती नझुन्डाइएका ठाउँमा पैसाको थुप्रो नजानु पर्ने होइन ? किन पैसा गइरहेको छ ? नगएको देखिन्न ।

उता माइक्रोबस, ट्याम्पु, रिक्सा, टैक्सी आदिमा हेरियो भने धेरैजसोमा पुरानो जुत्ता झुन्डाइएका देखिन्छन् । कसैले चुरापोते पनि टाँङ्दै आएका छन् । एउटा धागोमा बाँधेर । त्यसको कारण कसैले सोध्दैन, खोज्दैन । बिहानै सवारीको लाइसेन्स बोक्न बिर्सने चालकले पनि पडाडि जुत्ता टाँङ्न भने भुल्दैन । आखिर किन ? कस्तो संस्कृति र सभ्यताबाट हाम्रो समाज अघि बढ्दै छ ? कसैसँग जवाफ छैन । करोडका प्राइभेट प्राडो, पजेरोमा चाहिँ कसैलाई जुत्ता टाँङ्गनु नपर्ने ! तिनै शहरमा धनी, सम्पन्न र इज्यतवाला हुने । सामान्य मध्यम स्तरका मानिसले चाहिँ जुत्ताको पूजा गर्नुपर्ने ? कसैसँग तर्क छैन । एउटै धारणा पाइन्छ- यस्ता जुत्ता टाँस्दा व्यापारमा अर्काको 'आँखा' लाग्न सक्दैन । कुनै वैज्ञानिक तथ्य, प्रमाणले त्यो भनेको पाइन्न । उता तराईका कतिपय जिल्लाहरूमा रिक्सा चालकहरू आफ्ना रिक्सा पछाडि सानो हाँडी झुन्डाएर हिँडेका देखिन्छन् । कारण उही हो । कसैको 'आँखा नलागोस्' भन्ने नै हो । पहिलोले त्यसै गऱ्यो, गरिरहेको छ । दोस्रोले पनि त्यसको नक्कल गर्नुपऱ्यो । यति हो यसको कारण । अरु केही छैन । वैज्ञानिक र वस्तुगत कारण कसैले खोज्दैन ।

युरोप-अमेरिकी पश्चिमा विकसित समाजले यस्ता रुढीवादी संस्कृति र अभ्यासलाई कहिल्यै विश्वास गरेन, गर्दैन । आखिर उनीहरूनै धनी, सम्पन्न र सबै स्तरमा माथि रहेका देखिन्छन् । श्राद्ध गर्दा बिरालो बाँधेर कसैले कुनै समयमा गऱ्यो भने त्यसपछिका सबैले बिरालो खोज्नु जानुपर्ने ?

विकसित र आधुनिक भनिएको शहरीया समाजले कुनै बिधवा (एकल) महिलालाई आफू घरबाट कतै निस्कन

लाग्दा देखेमा 'साइत नपर्ने' भन्ने सोच पाल्दै आएको छ। मान्छेमाथिको यो भन्दा ठूलो अपमान, खराब दृष्टि र हेला अर्को के होला ? लोकतान्त्रिक-गणतान्त्रिक संविधानले सबैलाई समान अधिकार, स्वतन्त्रता र सम्मान दिएको छँदैछ । कागजमा लेखिएका सम्मान व्यवहारमा आइपुग्दा बाटोमा नै हराउँदै र बिलाउँदै आयो ! विधवा, एकल र कमजोर महिला वा कुनै पनि मानिसलाई अर्कोले सहयोग, सम्मान र हार्दिकता देखाउनु पर्ने होइन ? जसलाई समाज र परिवारको सहयोग र सम्मान चाहिएको छ । उसैलाई अपमान गर्ने ? यस्ता संस्कृति र अभ्यासले हाम्रो सोच आधुनिक तथा विकसित बन्न सक्ला ? सक्दैन ।

ठूला प्राडो, पजेरो र बङ्लामा बसेर आफूलाई समाजको सम्मानित भएको फूर्ति गर्दै भोटे कुकुर पाल्नेहरू आफ्ना कम्पाउण्ड सफा-सुग्गर देखाउन सँगैका छिमेकीका गेट अगाडि किन बिहानै कुकुरलाई दिसा गराउँदछन् ? समाजमा इज्जत भएको, ठूलो र सम्मान धेरै भएको देखाउन कलिला सानासाना केटाकेटीहरूलाई 'काछाकान्छी' राखेर दिनभर तारे होटेलहरूमा गोष्ठी र विभिन्न बैठकमा मानवअधिकार, बालअधिकार, नागरिक सम्मान र लोकतन्त्रका दुहाइ किन दिन्छन् ? बजारका चार मुट्ठा साग र एक किलो गोलभेडा जस्ता तरकारी 'कान्छा-कान्छी'लाई बोकाएर घर आउने मान्छे फेरि लगत्तै भुँडी घटाउन 'जिम' किन जान्छन् ? करोडका प्राडो चढ्ने 'साहुजी' र 'सरहरू' आफ्नै गेटअगाडि सानो खाल्टो पर्दा महिनौँसम्म चार बाल्टी बालुवा-गिट्टी हाल्न सक्दैनन् । बिहानदेखि बेलुकीसम्म सरकार र नगरपालिकालाई सराप्न सक्दछन् । नेताले देश बिगारे भन्न सक्दछन् । यो भएन, त्यो भएन भन्न सक्दछन् ।

विदेशका विकास र समृद्धिका बखानका गीत गाउन सक्दछन् । तर आफ्नै गेट अगाडिको खाल्टोमा चार किलो गिट्टी किनेर हाल्न सक्दैनन् । यस्ता संस्कार र संस्कृतिले नेपाली समाज कता जादैछ ? पढेका, धनि, ठूला, सभ्य र समाजका जान्ने-बुझ्ने भनिएका शहरको शहरीया म यस्ता संस्कृतिले नेपाली समाजलाई गिज्याइरहेको देखिन्छ । एउटा बालक वा वृद्ध वा गाउँले मानिसले बाटो काट्न लाग्दा प्राडो नरोक्ने सभ्य शहरीयाले कालो बिरालोले बाटो काट्न लाग्दा चाहिँ आफ्नो गाडी टक्क रोकेको देख्दा अचम्म लागेर आउँछ । खुर्सानी-कागती झुन्डाएर मात्र आफ्ना व्यापार-पेशा सुरु गर्ने व्यापारीहरूले कुनै गरीबलाई एक छाक भात खान दिन सके कसैको भोग मर्ने थियो ! सवारीको अघिपछि जुत्तालाई झुन्डाएर जुत्ताको

सम्मान गर्ने चालकहरूले धुलोधुँवामा खटिने ट्राफिक र ट्राफिकको सम्मान गर्न सके धेरैको ज्यान बन्ने थियो । कुनै पनि वैज्ञानिक कारण, अर्थ, तर्क र आधार नभएका यस्ता संस्कृतिलाई पच्छाइरहने हो भने रूपमा आधुनिक भनिएको समाज खासमा उँधोगतितर्फ नै धकिलिएको हुन्छ। आफ्ना विचार, संस्कार र संस्कृति नबदल्ने हो भने मानिस कहिल्यै बदलिन सक्दैन । काला बिराला, खुर्सानी-कागती र जुत्तालाई पूजा गरेर खास मानवको चाहिँ अपमान गर्ने सोच तथा संस्कृतिले समाजको प्रगति हुन सक्दैन । समाज बदल्न आफू बदलिनु पर्दछ । सारमा, आधुनिक बन्न संस्कृति पनि सो अनुकूल अनुशरण तथा निर्माण गर्नु आवश्यक छ। ♦♦♦

कविता

बास बस्ने बैंस

✍ **इन्द्रकुमार श्रेष्ठ 'सरित्'**

उमेरले यसो हेर्छ फर्केर आफ्नै उमेरलाई
उमेर आफ्नै उमेरसँग अलिकति आश्चर्य मान्छ
मनमा, मुहारमा दिक्दारीको भाव जाग्छ
मानुँ मुहारमै प्रश्न उम्रिरहेछ
हिजोको सुकुमार मुहार
कठै ! आज तोरी छरे पनि उम्रिने भएछ

धेरै हिउँद र बर्खा बिते पनि
मन उही, तन उही
तै पनि यौवन खुसुक्क ओरालो लागिसकेछ
कहिल्यै नचिनेको बुढ्यौलीले पो
गर्लम्म अँगालो हालिसकेछ

मनले गुनासोको पोको फूकाउँछ-
यौवनको घाम ताप्न पुगेकै थिएन
जूनको उज्यालोमा नुहाउँने रहर
ओझेल परेकै थिएन
क्षितिजमा बनाएर सपनाको सानो घर
एक अँगालो सपना कोरल्ने सपना
विपना भएकै थिएन
सपनाबाट ब्युँझिएर विपनाको
तलाउमा आफ्नै मुहार हेर्ने धीत मरेकै थिएन

कति बेइमान रहेछ समय
अरुको चाहना विपरित लखर लखर हिँड्ने रहेछ
धोकेबाज रहेछ आफ्नै उमेर
मन अघाउँञ्जेल
आफ्नै बैंशालु उमेर ऐनामा हेर्न नभ्याउँदै
रहर, सपना र चाहनाहरूलाई बेवास्ता गर्दा
बैंस बूढ्यौलीको सङ्घारमा बास बस्न गईसकेछ।

ट्राफिक नियम जानौं पनि मानौं पनि

✍ **प्र.व.ना.नि.विष्णु थापा**

विज्ञान र प्रविधिको विकासका कारण मानव जीवनमा आमूल परिवर्तन भएको छ। एकातर्फ विज्ञानको आविष्कारले मानव जीवनशैली सहज र सरल भएको छ भने अर्कोतिर त्यत्तिकै जटिल अवस्थाहरूको पनि सिर्जना गरेको छ । यातायात क्षेत्रको विकासले जति सुविधा र सरलता प्रदान गरेको छ, विविध कारणबाट हुने सवारी दुर्घटनाले जनधनको क्षति पनि त्यत्तिकै मात्रामा बढेर गएको छ। यसरी हुने जनधनको क्षतिका कारण परिवार, समाज र राज्य समेतले त्यसको प्रत्यक्ष/परोक्ष असर भोगिरहेको छ।

कुनै पनि देशको समुचित विकास, ती देशमा बसोबास गर्ने नागरिकको जीवनस्तरमा सुधार तथा सम्वृद्धिको लागि यातायातले महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गरेको हुन्छ । यात्रुको सहज आवागमन तथा निर्माणसँग सम्बन्धित मालसामान ढुवानी गर्ने कार्यहरू भनेका अर्थतन्त्रसँग जोडिएका प्रक्रियाहरू हुन् र जसले गर्दा यातायात अव्यवस्थित र असफल भएमा देशको अर्थतन्त्र पनि असफल हुन्छ र आशातित सफलता प्राप्त गर्न सकिदैन । तर यातायात सञ्जालको क्रमिक विस्तार र त्यसको जटिल व्यवस्थापन, शहरी तथा ग्रामिण क्षेत्रमा यातायातको बढ्दो माग र बिना अध्ययन अनुसन्धान जथाभाबी चलेका यातायात, यातायातलाई सबैको सहज पहुँच एवं सुरक्षित बनाउनु र शहरी तथा ग्रामिण क्षेत्र बिचका प्रतिकूलता र असमानतालाई न्यूनीकरण गर्नु जस्ता चुनौतीहरू ज्यादै गम्भीर हुँदै आएका छन् ।

नेपालको संविधानले हरेक नागरिकलाई स्वतन्त्र आवागमन गर्ने मौलिक अधिकारको ग्यारेण्टि गरे बमोजिम उपयुक्त यातायातको विकास गर्नु अति जरुरी छ । संयुक्त राष्ट्र महासभाले सन् २०२० को सेप्टेम्बर महिनामा सवारी दुर्घटनाबाट हुने क्षतिलाई सन् २०३० सम्ममा ५० प्रतिशतमा सिमित गर्ने महत्वाकांक्षी लक्ष्यका साथ २०२०–२०३० को दशकको घोषणा गर्दै "विश्व सडक सुरक्षामा सुधार गर्ने" प्रस्ताव पारित गऱ्यो । विश्व स्वास्थ्य संगठन र संयुक्त राष्ट्र क्षेत्रीय

आयोगहरूले अन्य साझेदारहरूसँगको सहकार्यमा सडक सुरक्षा दशकका लागि सन् २०२१ को अक्टोबरमा विश्वव्यापी कार्ययोजना जारी गरेको थियो । संयुक्त राष्ट्र संघको महासभाले मार्च २०१० मा आधिकारिक रुपमा घोषणा गरेको सडक सुरक्षा दशक (सन् २०११–२०२०) र उपरोक्त विश्वव्यापी कार्ययोजनाले विश्व सडक सुरक्षामा सुधार गर्ने प्रस्ताव पारित गर्दै सदस्य राष्ट्रहरूलाई सडक सुरक्षासँग सम्बन्धित विषयलाई समेटी आ-आफ्नो कार्ययोजना तर्जुमा गर्न निर्देशन गरे अनुरुप नेपाल सरकारले पनि एकिकृत रुपमा सडक सुरक्षालाई सुधार र व्यवस्थित गर्नको लागि नेपाल सडक सुरक्षा कार्ययोजना (वि.सं.२०६७-२०७७) कार्यान्वयनमा ल्याएको थियो ।

जस अर्न्तगत नेपालको सार्वजनिक सवारीलाई भरपर्दो, सुरक्षित, वातावरण मैत्री तथा सर्वसाधारणको पहुँचमा पुऱ्याई रोजगारीको सिर्जना गर्नुका साथै आर्थिक विकासमा टेवा पुऱ्याउने गरी विकास गर्ने लक्ष्य लिएको भए तापनि सरकारले लिएको उक्त लक्ष्य पूरा हुन सकेन । नेपाल सरकारले अगाडि सारेको सडक सुरक्षा कार्ययोजनाको सन्दर्भमा यसको समिक्षा तथा सवारी दुर्घटना न्यूनीकरण गर्ने उपाय बारे सुझाब दिन बनेको प्रतिनिधि सभा अर्न्तगतको विकास तथा प्रविधि समितिले आषाढ ८, २०७७ मा, सर कारले लिएको उक्त योजना कार्यान्वयन भएको नदेखिएको तथा सडक सुरक्षाका लागि बेग्लै 'रोड सेफ्टी परिषद् बनाउन सुझाब सहितको प्रतिवेदन दिएको थियो । प्रतिवेदनका सुझावका सम्बन्धमा हाल केही काम अगाडि बढेको अवस्था रहे तापनि त्यो अझै पर्याप्त र पूर्ण भने छैन । सवारी दुर्घटना घटाउन अब चालकको योग्यतासँगै दायित्व पनि तोक्ने कानूनको खाँचो छ । जसरी हुन्छ दुर्घटनाबाट हुने जनधनको क्षति कम गर्नु राज्यको प्रमुख दायित्व हो । दुर्घटनाको कारण पहिचान भइसकेको अवस्थामा सडक यात्रालाई सुरक्षित र भरपर्दो बनाउन राज्यले जुनसुकै कदम चाल्न पनि चुक्नु हुँदैन ।

हरेक वर्ष हुने दुर्घटनाको संख्या, त्यसबाट हुने मानवीय र भौतिक क्षतिको वास्तविक मूल्याङ्कन नै छैन। दुर्घटनाबाट हुने सबभन्दा ठूलो क्षति मानवीय क्षति नै हो । यी मानवीय क्षतिलाई न त शब्दमा वा अंकमा नै मूल्याङ्कन गर्न सकिन्छ । आफन्त गुमाउनु पर्दा परिवारका अन्य सदस्य र आश्रितहरूले सहनु पर्ने पीडा अकल्पनीय हुन्छ । सवारी दुर्घटनाले अक्सर आर्थिक क्रियाकलापमा संलग्न जनशक्तिलाई असर पार्ने भएकाले दिनानुदिन राज्यले उत्पादनशील नागरिक गुमाइरहेको वा उनीहरूलाई क्षमताविहीन

बनाइरहेको अवस्था छ । दिगो विकास लक्ष्यका अनुसार २ वर्षभित्र नेपालले सवारी दुर्घटनामा परि मृत्यु तथा घाइते हुनेको संख्या आधाले घटाउने सहमति जनाएको छ तर दुर्घटनाको संख्या वर्षेनी झन् बढ्दै गइरहेको यथार्थ हाम्रा सामु छर्लङ छ । समयमै सडक सुरक्षाप्रति तथा ट्राफिक व्यवस्थापनबारे गम्भीर नबन्ने हो भने ट्राफिक समस्या राज्यको टाउको दुखाइको विषय बन्ने निश्चित छ। स्थानीय तथा प्रदेश सरकारहरू, भौतिक पूर्वाधार तथा यातायात मन्त्रालय र श्रम, रोजगार तथा सामाजिक सुरक्षा मन्त्रालय अझै थप गम्भीर बन्नुपर्ने देखिन्छ । भौतिक पूर्वाधारको अभाव, वैज्ञानिक उपकरण कमी, सवारी चालक र सडक प्रयोगकर्ताको मिचाहा प्रवृत्ति तथा दक्ष जनशक्तिको अभावले ट्राफिक व्यवस्थापन गर्न कठिनाई भएको छ।

जबसम्म ट्राफिक व्यवस्थापन गर्ने सरोकारवाला निकायहरू गम्भीर बन्दैनन्, ट्राफिक प्रहरीको पहलबाट मात्र यत्रो विकराल समस्या समाधान हुने सम्भावना न्यून छ। भत्केका खाल्डाखुल्डी सडक मर्मत, सडकका पेटीमा राखिएका अनाधिकृत फुटपाथ पसल नियन्त्रण, सडकपेटी सवारी गुड्ने सडकका दायाँबायाँ भागमा निर्माण सामाग्री राख्न प्रतिबन्ध तथा 'पकेट पार्किङ'को व्यवस्था लागु गर्न सके तत्कालका लागि ट्राफिक व्यवस्थापनमा सुधार आउन सक्छ र यति विषयमा पनि गम्भीर नहुनु सरोकारवाला पक्षको कमजोरी पनि हो।

विश्व स्वास्थ्य संगठनको एक अध्ययन अनुसार, विश्वमा सवारी दुर्घटनाका कारण हरेक वर्ष करिब ११ लाख ५० हजार मानिसको मृत्यु हुने गरेको छ। जसमा ५ वर्षदेखि २९ वर्ष उमेर समूहका मानिसहरूका लागि सवारी दुर्घटना, अकाल मृत्युको मुख्य कारण हो। नेपालको सन्दर्भमा हेर्ने हो भने अव्यवस्थित सडक, ट्राफिक नियमको वेवास्ता/उल्लङ्घन र ट्राफिक व्यवस्थापनको अभावमा सवारी दुर्घटनाबाट दैनिक सरदर ८ जना बढीले ज्यान गुमाउँदै आएका छन् भने ५०-६० जना गम्भीर घाइते हुने गरेका छन् । सवारी दुर्घटनामा हुने मृत्यु मध्ये आधाभन्दा बढी जोखिममा रहेका सडक प्रयोगकर्ताहरू पैदल यात्री, साइकल चालक र मोटरसाइकल चालकहरू र तिनीहरूका यात्रुहरू हुन्, जसलाई सामूहिक रूपमा "सडकको कमजोर प्रयोगकर्ता" भनेर चिनिन्छ। उच्च आय भएका देशहरू भन्दा कम आय भएका देशहरूमा जोखिममा रहेका सडक प्रयोगकर्ताहरूको उच्च अनुपातमा मृत्यु हुने गरेको छ । सडकमा हुने मृत्यु, ठूलो मात्राको चोट पटक, यसको प्रभाव, असर अन्त्यका लागि तपाईं हामी

पनि यात्राका बखत थप जिम्मेवार, सजग र सचेत हुन आवश्यक छ । तपाईँ हामी यात्राका बखत हुने दुर्घटनामा, कारण, प्रभाव र दोष अरुलाई देखाएर दुर्घटनाको पीडाबाट मुक्त हुने अवस्थामा छैनौ । अतः अकाल मृत्युको प्रमुख कारकको रुपमा रहेको सवारी दुर्घटना रोक्न, यसबाट हुने जनधनको क्षति घटाउन/हटाउन र ठोस वकालतका निम्ति ट्राफिक नियम जानौं पनि मानौं पनि । ♦♦♦

लघुकथा

बरगाछी

✍ **ममता मृदुल**

अँध्यारो भएको जीवनमा उज्यालो ल्याउनुपर्छ, हिम्मत नहारे, आमाले सम्झाउनु भएको झल्झली सम्झना आयो । मञ्चमा चढ्दै गर्दा । सम्मानमा नगद पुरस्कार पनि थापे पछि आफ्नो कुरा राखिदिन उद्घोषकले भने । माइक समातेँ ।

मैले सन्तान जन्माउन नसकेपछि घरमा सौता बनेर काकाकी छोरी बहिनी आइन् । अरू आएका भए बहुविवाह मुद्दा हाल्थे तर बूढा भई सकेका काकाकाकी र एम.ए पढ्दा पनि विहे नभएकी बहिनीलाई हाल्न मन लागेन् । घरबाट निस्केर जाने कहाँ उपाय नभए पनि निस्के । झिसमिसेमा हिँडेकी साझँमा विराटनगर आइपुगेँ ।

जीवन अँध्यारो भई सकेकालाई रातको के पीर । झ्याम्म परेको बरको रुखको फेदमा रात बिताए । मर्नु अगाडि विदेशिएका छोराछोरीदेखि दिक्क भएकी आमाले मलाई दिएको अचल सम्पत्तिबाट बाआमा घर बन्यो ।

एक दिन झिसमिसेमा काकाकाकीलाई त्यही बरको फेदमा भेटे, मेरी आमा बन्न नसकेकी सासूलाई कसैले ल्याई दिए । सत्तरी वर्षका बूढाबाले जीवनभरि कमाएको पैसा दिएनन् भनेर बालाई मार्ने छोरा पनि सजाय भोगिसकेपछि लौरो टेक्दै आएका छन् ।

दरिलो पहिचान बोकेको बरगाछीको बूढो बरको रुख छैन काटी सकेँ उखेले, जरा समेत नराखी फ्याकी सके ।

वृद्धआश्रम बरपिपल जस्तै हो । जसले भेदभाव नगरी शीतल छहारी दिन्छ । हस्याङ फस्याङ गर्दै एउटा केटो मञ्चमा चढ्यो । दिदी आश्रममा मन्त्री आएका छन् छिटो जाउँ । उनका बालाई लैजान, भोलि बाको मुख हेर्ने दिन अरे ।

नेपाली कवितामा मृत्यु चिन्तन

✍ बद्रीप्रसाद ढकाल

जन्मे पछि मर्नुको विकल्प छैन । जो जन्मन्छ ऊ अवश्य मर्छ । सृष्टिकर्ता त मर्छ भने सृष्टि गरिएको वस्तुको अन्त्य निश्चित छ । मृत्यु अर्थात् काललाई विषय बनाएर विभिन्न स्रष्टाले साहित्यको रचना गरेका छन् । तिमध्ये कविता खण्डकाव्य, महाकाव्य आदि पर्दछन् । मृत्युका विषयमा नेपाली साहित्यका विभिन्न कालखण्डमा विभिन्न रचनाकारहरूले रचना गरेका छन् । तिमध्ये कविता विधा पनि पर्दछ ।

भन्न त मृत्यु चिन्तन गर्ने विषय नै होइन । यो अवश्य हुन्छ तर मानिसलाई किन मरिन्छ भन्ने कुरा पटकपटक सुनाइरहनुपर्छ, बोध गराइरहनु पर्छ भने उसले कहिल्यै पनि गलत काम नगरोस्, पाप नगरोस् भनेर कालले लान्छ है भनेर औंला ठड्याउने गरिन्थ्यो । कालका बारेमा सम्झाउनका लागि यस्ता कुरालाई समेटी विभिन्न समयका रचनाकार स्रष्टाहरूले मृत्युका विषयमा कविताको रचना गरेका छन् । नेपाली साहित्यका प्राथमिक कालका कवितामा मृत्युका कुरा सम्झाउने कवि भानुभक्त आचार्यले मृत्युको कुरालाई यसरी प्रस्तुत गरेका छन्- **'न मृत्यु टर्न्या'** यसरी झगडा अघि सरी भन्दै मृत्यु केहिले नि टर्दैन भन्ने भाव व्यक्त गरेका छन् ।

त्यस्तै उनको प्रश्नोत्तर कविता मृत्युलाई अपयशको रूपमा व्यक्त गर्दै **मृत्यु भन्याको भन आज कुन् हो ? अपयश भन्याको तिमी जान जुन् हो ।** यसरी मानिसले अपयश वा अपकिर्तिलाई पनि मृत्यु बराबर मान्नु पर्ने धारणा अभिव्यक्त गरेका छन् ।

त्यसै गरी कविशिरोमणि लेखनाथ पौड्यालले मृत्यु अर्थात् कालको महिमा कविताबाटै कालको वर्णन यसरी गरेका छन् :

झाका, भुल, दया क्षमा र
ममता सन्तोष जान्दैन त्यो ।
इन्द्रै बिन्ति गरुन् झुकेर पदमा
त्यो बिन्ति मान्दैन त्यो,
थुप्रोमा उधिनी मिठो र
नमिठो रोजे छान्दैन त्यो,
खाता जाँची सबै दुरुस्त
नबुझी बिर्सेर हान्दैन त्यो ॥१॥
राजा सङ्क सबै समान
उसका वैषम्य हेर्दैन त्यो ॥
आयो टप्प टिप्यो लग्यो मिति पुग्यो

टारेर टर्दैन त्यो ॥

यसरी मृत्युले केही भन्दैन, कोही भन्दैन भन्दै कालले राजा रङ्क सबै समान हुन्छ भन्ने विचार व्यक्त गरेका छन् । त्यस्तै 'तरुण तपसी' खण्डकाव्यमा कविले हामी सबै कालको वशमा पर्नै पर्छ भन्ने कुरालाई यसरी व्यक्त गरेका छन् :

कठै चल्दो फिर्दो प्रकृति–पुतली त्यो निमिषमा
अकालैमा त्यस्तो गतिसँग परी काल वशमा ॥

मृत्युको गति र परिवेशलाई व्यक्त गर्दै कविले प्रकृतिको लीलामा समाविष्ट भएको प्रसङ्गको चर्चा गरेका छन् । आफ्नो जीवनको अन्त्य काल अर्थात् मृत्यु शैय्यामा हुँदा र मृत्यु हुनु भन्दा अघिका दुई हप्ता अघि मात्र लेखिएको उनको अन्तिम कवितामा उनले शरीरको पीडा भोग्ने पनि परमेश्वर हुन भन्ने भाव यसरी व्यक्त गरेका छन् :

यो दुःख भोग्ने परमेश्वरै हो
यो देह उसको रहने घरै हो
यो भत्कँदा दुःख अवश्य मान्छ
सुटुक्क सामान लिएर जान्छ ॥

भन्दै कालले शरीरको यन्त्र उर्फ आत्मालाई सुटुक्क झिकेर लान्छ भन्दै शरीरको दुःख भोग्ने परमेश्वरलाई मानेका छन् । मृत्यु उसकै नियन्त्रणमा रहेको छ भन्ने आशय व्यक्त गरेका छन् ।

त्यस्तै बालकृष्ण समले 'चिसो चुल्हो' महाकाव्यमा गौरीको मृत्युले रन्थनिएको सन्तेको अवस्थाका चित्रण गर्दै मृत्युको चिन्तन गरेका छन् । महाकवि लक्ष्मीप्रसाद देवकोटाले 'सुलोचना' महाकाव्यमा मृत्युको रूपलाई यसरी व्यक्त गरेका छन् :

छाना लाए घर हुन गयो जिन्दगी छैन भित्र
मुर्दा मुर्दा दुई दिल बिहा गर्दछन् यो विचित्र
आत्मा मारी शव दुई बिहा गर्दछन् साथ साथ ॥

भन्दै शरीरलाई जिन्दगीको घर मान्दै आत्माविहीन शरीरलाई मुर्दाको रूपमा व्यक्त गरेका छन् । त्यस्तै 'प्रमिथस' महाकाव्यमा उनले मृत्युलाई अँध्यारोको नाम मानेका छन् । उनले मृत्युलाई यसरी प्रस्तुत गरेका छन्ः

मृत्यु अँध्यारोको नाम
नाम उज्यालोको अमृत
त्यही त्यही आत्मा आत्मा
चिन बन
मर त्यसरी
नमर्न नमर्न नित्य ॥

त्यस्तै मृत्युकै परिवेशको चित्रण गर्दै 'मानव' महाकाव्यमा मोदनाथ प्रश्रितले मृत्युलाई वेदना र समस्याले जीवन खाँदाखाँद भएपछि मान्छेलाई मृत्यु पनि सितारको झङ्कार झैं प्यारो हुँदो रहेछ भन्ने भाव व्यक्त गरेका छन् ।

त्यस्तै कृष्ण प्रधानको 'कात्रो' शीर्षकको कवितामा मृत्युको सर्जमिन गर्नुपर्ने भाव व्यक्त गरेका छन्ः

लाश बजारमा किन्न पाइन्छ
कोही स्वाभाविक मृत्यु मरेर कात्रो नै ओढ्छन्

कोही अस्वाभाविक मृत्यु मरेर कात्रो नै ओढ्छन्
अब मराइको पनि टाँचा हान्नु पर्ने भयो ।

भन्दै मृत्युप्रति व्यङ्ग्य गर्दै मानिसले गरेको व्यवहारको उपहास गरेका छन् ।

कवि कृष्णप्रसाद भट्टराईको 'तयारी जीवन मृत्युको' कवितामा मृत्युको सत्य यसरी आएको छ :

युद्ध कराल काल भएर कुल्चने छ मलाई
र नियमित नियतिमा म
एउटा तयारी गर्दैछु
सम्भव छ
तयारी जीवनको पनि हुन सक्छ
सम्भव छ
तयारी मृत्युको पनि ।

नेपाली समसामयिक कवितामा कवि केदारनाथ शर्माको 'अभय मन्त्र' कवितामा मृत्यु यसरी अभिव्यक्त भएको छः

कहिलेकाहीँ आफैं गुञ्जन्छन् हटाउँछन्
विसर्जनका धूनहरू पनि
स्वभाविकै हो
मृत्यु त नियमितता हो जीवनको
जानेकै हो ।

त्यस्तै चेतबहादुर कुँवरको 'यहाँ बाँच्नुपर्दछ' कवितामा मृत्युलाई जित्नुपर्दछ भन्ने भाव अभिव्यक्त भएको छ :

विशाल जिन्दगीका
ए ! बन्धुबान्धवहरू हो
मृत्युसँग कहिल्यै पराजित भएर होइन
जीवन पर्यन्त बाँचेरै यहाँ
जीउन सक्नै पर्दछ

त्यस्तै जसराज किरातीको 'आज राती' शीर्षकको कवितामा मृत्युलाई रङसँग तुलना गरिएको छः

आकाश रङ्गको मृत्यु
आँखामा अटी नअटी
शायद नियात्रामा आज राती
म कहाँ आउनेवाला छ
झ्यालको खापा अलिकति खोलेर ।

मृत्युको अदृश्य शक्तिको चित्रण गर्दै कविले झुक्याएर आउने मृत्युलाई अनायासै आउने यात्रीका रूपमा चित्रण गरेका छन् ।

कवि प्रमोद प्रधानको 'रातसँग प्रश्न' कवितामा मृत्युलाई रातसँग तुलना गर्दै रात भनेको मृत्यु हो भन्ने भाव यसरी व्यक्त गरिएको छ :

रात भनेको
उज्यालोको मृत्यु हो
र हामी सबै उज्यालोलाई अत्यन्तै माया गर्छौं
मन पराउँछौं
मलाई रात पटक्कै मन पर्दैन ।।

पारिजातको 'जीवन एक बेवारिस मृत्युको मुचुल्का' कवितामा मृत्युको चित्रण यसरी गरेकी छन् :

मुचुल्काका कवितामा
अन्धकारको खापा खोलेर
बेवारिस छ जीवन बेवारिस
मृत्युको मुचुल्का जस्तै

सन्तोष छ मानिस कम से कम मुर्दा खाँदैन
यहाँ चिहान उदाङ्गो पारेर कसैले हेर्ने छैन् ॥

भीम विरागको 'मेरो जन्म, मेरो जीवन, मेरो मृत्यु' कवितामा मृत्युलाई जीवनको अन्तको रूपमा हेरेका छन् :

म जिल्ल परेको छु....
किन हुँदैन मृत्यु नै जीवनको अन्त
मानिस आज मानिस भएर बाँच्न चाँहदैन् ।

त्यस्तै वंशी श्रेष्ठको 'मेरो समाधि' शीर्षकको कवितामा मृत्यु र त्यसपछिको अवस्थाको चित्रण यसरी गरिएको छ :

मेरा आफन्त र मेरा प्रिय मित्रहरू !
मेरो मृत्युपछि मेरो लाशलाई घिसारेर
आपस्तमा कुस्ताकुस्ती नगर्नु है
मेरो लाश प्रभुत्व जमाउन
बरु रहनदेऊ, सुत्नदेऊ
मेरो लाशलाई ॥

त्यस्तै प्रवासमा बसेर कविता लेख्ने चन्द्रमित वाइवाको 'जिन्दगीः एक परिभाषा' कवितामा मृत्यु यसरी अभिव्यक्त गरिएको छ :

हरेक रात र दिनेको वास्तविकतासितै
जीवनपछि मृत्युको निश्चितताको
बोध बोकेर पनि
निःस्वार्थता र एमानलाई पैतालामुनी कुल्चेर ॥

भन्दै कवितामा मृत्युको निश्चितपनको चित्रण गरिएको छ ।

त्यस्तै जगत छेत्रीको 'जीवन' कवितामा प्रश्न गर्दै कवितामा मृत्युको चित्रण यसरी गरिएको छ :

भुल गरेन कसले यहाँ
चाहेर होस्, नचाहीकनै ?
पाएन मृत्यु कसले यहाँ
खोजेर होस्, नखोजीकनै ?

हरेन आलेको 'पिरामिड मृत्यु'को शीर्षकको कवितामा मृत्युको बोधका रूपमा यसरी अभिव्यक्त भएको छः

युद्ध र युद्ध कथाहरू लेखिए धेरै
मृतकहरूका कतै सम्झनामा
कैद छन् तर समय र मृत्यु
आफन्तहरूका बेवारिस नाममा ॥

मृत्युको परिभाषा बेवारिस भनेर गरेका छन् ।

कृष्ण धरावासीको 'त्यो चोक' कवितामा मृत्युको भाव यसरी व्यक्त गरिएको छ :

तिम्रो मृत्युमा बाडुली नलाग्नेहरू
मात्र भएनन् साथी
तिम्रो मृत्युमा उत्सव मनाउनेहरू पनि भए
संसारको हरेक कुनामा
मानवताको हनन भएको देख्नेहरू
तिम्रो मृत्यु समाचारले आल्हादित पनि थिए ।

त्यस्तै अशेष मल्लको 'मृत्यु मुत्युझैं छैन' शीर्षकको कवितामा मृत्युलाई यसरी प्रस्तुत गरिएको छ :

...हजारौंपटकपछिको यो मृत्यु
फेरि फेरि मर्न नपर्ने भएर मऱ्यो
अर्थात् जीवनको अन्त्यतिर अब
फेरि कहिले नमर्ने गरी
उसको मृत्यु भन्यो

मृत्यु त्यति सहज र त्यति कठोर हुन्छ
वा मृत्यु त्यति निर्मम र निर्दयी हुन्छ।

कृष्णप्रसाद श्रेष्ठको 'महाकविको मृत्युमा' शीर्षक कवितामा मृत्युका बारेमा यसरी भाव व्यक्त गरेका छन्ः

मान्छे जन्मन्छन् मृत्युलाई वरण गरेर
पूर्ण विरामलाई समेत उनेर
तैपनि खेदिरहेछ यो ख्याक दौडाइरहेछ ॥

त्यस्तै कुमार नेपालको कवितामा टुकुचामा फालिएको बालकलाई दया दिन असमर्थ कवितामा मृत्युलाई कवितामा यसरी अभिव्यक्त गरिएको छ :

...मृत्युपछि
मृत्युको अनगिन्ती लस्कर
भरिँदैछ टुकुचाका श्वासहरूमा
विवादरहित पानी देऊ
आमा–बाबुका गोपनीय पुराणहरू,
लाश अगाडि तेर्स्याई ॥

त्यस्तै वैरागी काइँलाकाको 'हाट भर्ने मानिस' कवितामा मृत्युको बोध यसरी व्यक्त गरिएको छ :

मृत्यु
मृत्युले त आज
जीवनको बजारको भाउ बुझ्झेर गयो !
उफ ! मृत्यु आज बजारमा खाली हात गयो !
उफ ! मृत्यु आज बजारमा खाली हात गयो !
उफ ! मृत्यु आज बजारमा खाली हात गयो !
मलाई झण्डै छोएर जाने
पर पुगिसकेको कालो मोटरसित
मृत्यु, आज जिन्दगीको छेवैनिर भएर गयो ॥

यसरी नेपाली साहित्यका विभिन्न काल खण्डमा मृत्यु बारेमा लेखिएको कविताहरूमा मणि लोहनीको 'मृत्युको अघिल्तिर', मञ्जुलको सिङ्गोकृति 'मृत्यु' कवितामा मृत्युकै सेरोफेरोमा कविताबाटै मृत्युकै बोध, परिभाषा तथा मृत्युकै परिवेशको चित्रण गरिएको छ। महाकवि लक्ष्मीप्रसाद देवकोटाको अन्तिम कविता 'शून्यमा शून्य सरी बिलाएँ' कवितामा मृत्युबोध र मृत्युचिन्तनलाई यसरी व्यक्त गरेका छन्ः

संसाररूपी सुख स्वर्गभित्र
रमें रमाएँ लिई भित्र चित्र
सारा भयो त्यो मरुभूमि तुल्य
रातै परेझैं अब बुझ्छु बल्ल।
रहेछ संसार निशा समान
आएन ज्यूँदै रहँदा नि ज्ञान
आखीर श्रीकृष्ण रहेछ एक
न भक्ति भो, ज्ञान न भो विवेक ॥
महामरूमा कण झैं म तातो
जलेर मर्दो बिनुआस लाटो
सुकिरहेको तरु झैं छु खाली
चिताग्नि तापी जल डाल्न फाली
संस्कार आफ्नो सब नै गुमाएँ
म शून्यमा शून्य सरी बिलाएँ
जन्में म यो स्वर्गविषे पलाएँ
आखिर भै खाक त्यसै बिलाएँ ॥

यसरी नेपाली साहित्यको कविता

विधामा विभिन्न कालखण्डका कविहरूले मृत्युको विषयलाई प्रस्तुत गरेका पाइन्छन् । मृत्यु चिन्तन अभिव्यक्त भएको छ भन्न सकिन्छ । ♦♦♦

कविता

आधुनिक जल्लादहरु

✍ **राजबाबु श्रेष्ठ 'सागर'**

ए ! साथी !
के तिमीलाई लाग्दैन ?
मानव बस्तीमा जता हेर्‍यो उतै,
देखिन्छन् अचेल भूतै भूतका बजारहरू ।

साथी !
अचेल आर्यघाटमा,
कहाँ भेटिन्छन् र मुर्दा
पोल्ने असली मलामीहरू ?
मुर्दाले मुर्दालाई नै
दिइरहेछन् सापटीका सलामीहरू ।
मुर्दा नक्कली
मलामी नक्कली
मुर्दाले नै मुर्दा पोलिरहेछन् ।
आवाजहरू सबै मौन रहेर
बाँधेर पट्टी आँखामा मुर्दाहरू बोलिरहेछन् ।
ए ! साथी !
के तिमी देख्दैनौ बजारमा ?
गधाहरू अचेल गरुड पुराण पढाइरहेछन् ।
चिलहरू शिकारी बाजलाई,
कावा लाउन सिकाइरहेछन् ।
काटेर जिब्रो सभ्यताको,
भोका ब्वाँसोहरूसँग,
मृगहरू प्राणका भिख मागिरहेछन् ।
निदाएर मानव दिक्दारीको सिरानीमा,
कुल्चिएर सिरानी सहिदका,
हुँडारहरू भेडाका पाठा चराइरहेछन् ।

आऊँ साथी ।
जम्मा हऊँ, साथी !
सम्म त्यो मैदानमा जहाँ सिरानीहरू,
शान्तिको निद्रालाई पर्खिरहून् ।
सोच त ! के अस्तित्व रहन्थ्यो र ?
आस्थाहरू भोकभोकै,
आकाशतिर फर्की देश छातीमा
अँगाली मरेको दिन ।

साँच्चै ! भनूँ, साथी ।
प्रश्न गरेर त हेर मौन आकाशलाई,
र विचार गर, कस्तो होला त्यो दिन ?
जहाँ आधुनिक हजारौं जल्लादहरूले नै
हिंसाको विरुद्ध,
तरबारले नै तरबार काटेको दिन ।

कथा

जीवन छक्क

✍ **बिन्दु अधिकारी ढकाल**

"कति वर्ष अघिदेखिको मेरो सपना आज पूरा हुने भयो ।" सगरमाथामै पाइला परेझैँ गोपालले खुसी व्यक्त गऱ्यो । वास्तवमा उसको उज्यालोपनको मापन नै थिएन । छनक हेर्दा हृदयभित्र भित्रको पनि अझैभित्रबाट रमाएको आभास हुन्थ्यो ।

त्यहाँ सडक र चौरमा गरेर थुप्रै मानिसहरूको उपस्थिति थियो । जम्ल्याहा हात जोड्ने फर्काउने क्रम पनि त्यति नै सशक्त देखिन्थ्यो । "नमस्कार सर, म हजुरको नजिकको मानिस हुँ नि । यसो हुँदा आज पाँच मिनेटको समय मागेँ, दिनुहुन्छ नि ?" फ्याट्टै गोपालले भन्यो ।

"हैन, यो काम आज नगरौ । अर्को दिन ।" ऊ मानिस त्यहाँभन्दा एक शब्द बोलेन । अरु त अरु बसेर चिया पिउभन्दा पनि सुनेकोनसुनै बरु घोप्टेर मोबाइल फोन चलाउन थाल्यो । प्रविधिको सदुपयोग गर्नु नाजायज होइन तर त्यसले चलाएको अलि सुहाएन । हो, मानिसले चाहिँ चलाएको राम्रो !

गोपाल छक्क पऱ्यो र आफ्नै मनसँग कुरा गर्न थाल्यो- "यत्रो उत्साह बोकेर प्रस्ताव गर्दा पनि टसमस नहुँने कस्तो सन्की मान्छे रहेछ । यसलाई भाउ नपुगेको हो कि मान्छेसँग गर्ने व्यवहार के हो ? थाहै छैन । कलमसँगको नाता बढी नै गाढा भएर यसको मगज उथलपुथल भएको त होइन ?"

त्यहाँ सबै मानिस आ-आफ्नो धुनमा थिए । उज्यालो भएदेखि झन्झन् चहक ढकमक फूल जस्तै देखिए । जो आए गए अरुहरूको चहलपहल हेरी गोपालको फुर्ती विशेष हुनाले मेरा आँखा त्यहीँ पुगे । फेरि पनि र अनि पनि ।

कम मानिससँग घुलमिल हुने आदतको गोपाल हार्न नचाहने स्वभावको व्यक्ति हुनाले र ऊ मानिस पनि चुपचाप उभिएको देख्दा अचम्मको अर्को भाषा अलौकिक लागिरहेको थियो ।

"हजुर लेखक हैन त ? म पाठक ! यही मेसो कुरा गर्न पाँच मिनेट समय माग गरेको हुँ । यदि मैले मागेको त्यो पाँच मिनेट बढी भयो भन्नु हुन्छ भने घटाएर दुई मिनेट, त्यो बढी भए एक मिनेट र त्यो पनि नमिल्दा आधा...।"

लेखक न पाठक ऊ मानिसले कुरा सुन्नै चाहेन । "जे होस्, आज नगरौं । मलाई त्यो मुड छैन" भनेपछि गोपालको निवेदन बालुवामा पानी खन्याए बराबर भयो । यद्यपि मेरा आँखा गोपाल र ऊ मानिसमै केन्द्रित रहे ।

मेरो काम दृश्यलाई कैद गर्ने भएकाले फटाफट पोज लिएँ । जरुरी छैन, त्यो देखाउँ । मूल कर्म अफिसलाई ध्यान दिनु पर्ने हुनाले धार मोडियो । भनौं, मैले जगेर्णा गर्ने दृश्य अफिसमा पठाए पछि त्यो दिनको बोझ हल्का भयो । अनौपचारिक कामबारे न गोपाललाई थाहा भयो । न त ऊ मानिसलाई नै ।

स्वभावका कुरा आफ्नै दाहिने खुट्टामा लगाएको चप्पल देब्रे खुट्टामा मिल्दैन भने सबैसँग आफ्नो सोच र विचार मिल्नु पर्छ भन्ने छैन तर गोपालको रहरमा ऊ मानिसको छाँटकाँट किन सुहाएन ? वास्तवमै भाउँ नपुगेको हो वा अन्य कुनै कारण । हुन त गहिरो कुरा मलाई पनि थाहा भएन । यद्यपि मैले बुझे अनुसार गोपाल समय माग्ने, ऊ मानिस उसलाई समय नदिने । चुरो कुरो यही होइन त ? वास्तविकता के हो ? कसैलाई थाहा छैन ।

मैले कैद गरेको दृश्यमा रेकर्ड नै भएछ "मलाई आज कर नगर्नु, बोल्न मन छैन ।" ऊ मानिसको हकमा त्यो मौसम किन बेमुड भयो । घाम लागेर हो कि बादल हटेर । पानी नपरेर हो कि जाडो बढेर । खैर जे होस्, त्यो शीर्षकनै बन्द गरौं ।

"जीवन, तँलाई थाहा छ, आज मैले यहाँ कसलाई देखें ? लेखक ऊ ! हाम्रै आँगनबाट यताउता हिँड्दै रहेछन् । पहिला कोही होला भनेर वास्ता गरिनँ तर जब यकिन भयो...।"

गोपालको आवाजलाई उछिन्दै जीवनले भन्यो- "लेखक ऊ ? यता आएका ? किन? कसरी? कोसँग? अनि, त्यहीबेलामलाई किन फोन नगरेको ।" जीवनले थकथक मान्दै प्रश्नको चाङ गोपालको मगजमा हुऱ्यायो ।

लेखक ऊलाई ज्युँ ज्युँ नमस्कार गरेर पाँच मिनेटको समय माग्दा उपलब्ध नगराएको तितो वृत्तान्त गोपालले जीवन समक्ष पेस गऱ्यो । एउटा पाठकको मन छोएको लेखक (ऊ) को भाउँ बढेकै हो ? साँच्चै, थेगिनसक्नु गरी मूल्य उँभो उँभो उक्लेकै हो ? दूधको दूध पानीको पानी छुट्याउन जीवनले फोन डायल गऱ्यो ।

"म त घरैमा छु, यार । ज्यानमा सन्च नभएर हप्तादिन यता कतै हिँडेको छैन । ओहो ! म त्यता आउने अनि तँलाई खबरै नगर्ने नेभर यस्तो कहिल्यै भएको छ र ? बरु भन् आजको यो स्रोत कसरी जन्मियो ?"

अब गोपालको बोली बन्द भयो । लेखक ऊ भनेर कुन मानिसलाई घरीघरी पिरोले भनेर उसको मनमा निकै ठुलो पछुतो जाग्यो । भ्रमको भूमरी कुहिरो भित्रको काग जत्तिकै महसुस “होइन, म कसरी झुक्किएँ ?” यकिनै गर्न सकेन तर यथार्थ भनेको यथार्थ हो ।

सरम लाग्दो त्यो परिस्थिति उत्पन्नै हुने थिएन, ऊ मानिसले पहिल्यै “म लेखक ऊ होइन” भन्दिएको भए । बिचरा गोपाल कुन धुन के गर्दै थियो, यति असहज वातावरण पैदा भयो । अर्को, त्यत्रो बेर खर्च समय समयको कत्रो नास ! अनि, गोपाल बोलुन्जेल चुपचाप गमेर सुन्ने त्यो मानिसचाहिँ आखिर को हो ? उसको पेसा व्यवसाय साथै भाषा भेष कसरी पत्ता लगाउनु । ती दुई पक्षका चक्करमा चकित परेको जीवन, जीवन छक्क ! ♦♦♦

जिन्दगानी

✍ **डा. बमबहादुर थापा 'जिताली'**

जिन्दगी हो नदीजस्तै बगी जाने खोला
दुःख-सुख भोगेर यो मरी जाने चोला ।
मान्छे किन सुखै-सुख खोज्न थालेको छ
भोकबिना भोजन पो ! रोज्न थालेको छ ।

हलो खोज्ने हलीलाई ढुङ्गो-माटो प्यारो
मखमली ओछ्यानमा सुत्न हुन्छ गाह्रो ।
कोकाकोला, फेन्टाबाट तिर्खा मेटिँदैन
श्रमबिना आरामको मूल्य भेटिँदैन ।।

हावा-हुरी, असिनाको खाएपछि चोट
सफल त्यो जीवनझैँ दरिन्छ पो बोट ।
चारैतिर ठोकिएको कालीको त्यो शिला
कति राम्रो कुँदिएको धन्य छ यो लीला ।।

ठक्करबिना मानिसको जीवन बन्दैन कि
हन्डरबिना मानिसको मति फिर्दैन कि !
घामपछि छाया मिठो तिर्खापछि पानी
दुःखपछि सुख मिल्ने धन्य जिन्दगानी !

जिन्दगी हो नदीजस्तै...

विपद् व्यवस्थापनमा नेपाल प्रहरीको भूमिका

✍ प्र.व.ना.नि.सरस्वती बुढाथोकी

विपद् भनेको कुनै पनि गैर प्राकृतिक र प्राकृतिक कारणहरूबाट अकस्मात, अस्तव्यस्त तवरबाट देखा पर्ने विपत्तिपूर्ण अवस्था हो। विश्वका विभिन्न मुलुकहरूमा प्राकृतिक तथा गैर प्राकृतिक विपद्का घटनाहरूबाट बर्सेनि ठूलो मात्रामा जन-धनको क्षति हुने गरेको छ। नेपालको भौगोलिक विविधता, कमजोर भौगर्भिक अवस्था, मौसमी विषमता तथा जलवायु परिवर्तनका कारण विभिन्न किसिमका प्राकृतिक तथा गैर प्राकृतिक प्रकोपले ठूलो संख्यामा सर्वसाधारणको मृत्यु तथा ठूलो धनराशीको क्षति हुने गरेको छ। मूलतः भूकम्प, अविरल वर्षा, चट्याङ, बाढी, पहिरो, हिमपात, हिमपहिरो, आगलागी, खडेरी, तातोहावा(लु), सवारी दुर्घटना, औद्योगिक दुर्घटना, रासायनिक लिकेज, ग्याँस विष्फोटन, जनावर आक्रमण र महामारीजस्ता प्राकृतिक तथा गैर प्राकृतिक प्रकोपका घटनाहरू हुन्।

प्राकृतिक प्रकोपजन्य विपद्लाई रोक्न, थेग्न तथा सामान्यतया पूर्वानुमान गर्न सकिदैन। तथापि प्रकोप जोखिम नियन्त्रण, न्यूनीकरण र व्यवस्थापन भने गर्न सकिन्छ। नेपाल प्रहरी राज्यको प्रमुख कानून कार्यान्वयन गर्ने निकाय हो। यो निकाय सदैव अग्र पंक्तिमा खटिई कार्य गर्नुका साथै समाजसँग प्रत्यक्ष सम्बन्ध र सरोकार राख्ने निकाय भएकोले विपद्को समुचित व्यवस्थापनको लागि यसले महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गर्दै आएको छ।

नेपाल प्रहरीको स्थापनासँगै प्रहरी ऐन २०१२ ले जुनसुकै अवस्थामा अपराध रोक्ने र पत्ता लगाउने तथा सुरक्षा व्यवस्था राख्ने र जस्तोसुकै जोखिमबाट जीउ धनको सुरक्षा गर्ने भनी स्पष्ट रुपमा निर्देशित गरेको छ तसर्थ जनसंख्या वृद्धि, बढ्दो शहरीकरण, अव्यवस्थित भौतिक पूर्वाधारको निर्माण, वातावरणीय प्रतिकूलता, विश्वव्यापी महामारी लगायतबाट सिर्जित विपद्जन्य घटनाहरू सँगै विपद् कार्यमा थपिदै गएको चुनौतीलाई सामना गर्दै आफ्नो स्थापनाकाल देखि नै नेपाल प्रहरीले जस्तोसुकै विपद् घटनाहरूमा खोजी, उद्धार र पुनःस्थापनामा तत्काल परिचालित भई खोज तथा उद्धार कार्य गर्दै आइरहेको छ।

नेपाल प्रहरीमा विपद् व्यवस्थापनका क्षेत्रमा थप प्रभावकारी र गुणस्तरीय खोज तथा उद्धार कार्य गर्न मिति २०६८/१२/१० गते नेपाल प्रहरी प्रधान कार्यालय, कार्य विभाग मातहत विपद् व्यवस्थापन शाखाको स्थापना भएको थियो । पछि मिति २०६९/१०/२१ गते विपद् व्यवस्थापन शाखा महाशाखामा स्तरोन्नति भयो । हाल नेपाल सरकार (मन्त्रिपरिषद्) बाट मिति २०७८/१०/१० को निर्णयनुसार विपद् व्यवस्थापन महाशाखालाई नेपाल प्रहरी विपद् व्यवस्थापन कार्यालय नामकरण गरिएको छ । हाल केन्द्रमा नेपाल प्रहरी विपद् व्यवस्थापन कार्यालय र सातवटै प्रदेशमा प्रदेश प्रहरी विपद् व्यवस्थापन गुल्महरू रहेका छन् ।

विपद् व्यवस्थापन सम्बन्धी निर्दिष्ट कानूनी प्रावधान निम्न रहेका छन् :

- प्रहरी ऐन २०१२ परिच्छेद ४ दफा १५ को (ठ) आगोबाट हानि नोक्सानीको बचाउ गर्न सकभर कोसिस गर्ने, (ड) जनतालाई दुर्घटना वा खतराबाट बचाउन गर्न सकभर कोसिस गर्ने ।
- विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन ऐन, २०७४
- नेपाल प्रहरी र प्रदेश प्रहरी (कार्य सञ्चालन, सुपरीवेक्षण र समन्वय) ऐन, २०७६
- प्रहरी नियमावली २०७१ को परिच्छेद ६ को नियम ५३(ड), ५४(ठ), ५५ (ञ), ५७(ञ), ५८(ज), ५९(त), ६०(ण), ६१ (ठ), ६२ (त), ६३ (ण), ६४(ण), तथा ६६(ज)ः प्रहरी महानिरीक्षक लगायत विभिन्न तहका प्रहरी कार्यालयका प्रमुख तथा प्रहरी जवानहरूको काम कर्तव्यमा भएको व्यवस्था अनुरूपको दायित्व-विपद्बाट हुने क्षति न्यूनीकरण गर्न आवश्यक व्यवस्थापन गर्ने साथै विपद्को बेला तत्परतासाथ उद्धार व्यवस्थापन गर्ने गराउने।
- राष्ट्रिय विपद् प्रतिकार्य कार्यढाँचा, २०७०, (प्रथम संशोधन, २०७५)
- विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन नियमावली २०७६
- विपद् व्यवस्थापन महाशाखा तथा मातहत एकाइहरूको सञ्चालन सम्बन्धी कार्यादेश (SOP) २०७३ मा भएका व्यवस्थाहरू
- विपद् व्यवस्थापन कोष सञ्चालन कार्यविधि २०७९
- विपद् व्यवस्थापनसँग सम्बन्धित अन्य ऐन, कानूनहरू ।

त्यसैगरी जुनसुकै विपद्मा प्रत्येक प्रहरीले दक्षता र अनुभवका साथ नागरिकको जिउधनको सुरक्षा गर्न सकुन भन्ने उद्देश्यले नेपाल प्रहरी विपद् व्यवस्थापन कार्यालयले विभिन्न तालिमहरू पनि सञ्चालन गर्ने गर्दछ । जस्तैः अग्नी

नियन्त्रण, रक क्लाइम्बिङ्ग तथा प्राथमिक उपचार तालिम, पहिलो उपचार सहयोगी (MFR), भत्केका संरचनामा खोजी तथा उद्धार (CSSR) र विपद् पश्चात शव व्यवस्थापन (DBM), भत्केका संरचनामा गरिने खोज तथा उद्धार उन्नत तालिम, पहिलो उपचार सहयोगी र शव व्यवस्थापन उन्नत तालिम र विपद् व्यवस्थापन आधारभूत तालिमहरू आदि ।

अकस्मात आउने भूकम्प होस् या बर्सेनि असार साउनमा आउने बाढी पहिरो, चैत वैशाखमा आउने हावाहुरी, चट्याङ् र आगलागि होस् जुनसुकै विपद् व्यवस्थापनका लागि प्रहरी सदैव दुरुस्त तयारी हालतमा रहेको हुन्छ । यस कार्यलाई प्रभावकारी बनाउनको लागि प्रहरीले आवश्यक नीति र योजना बनाई जनशक्ति र साधन स्रोत बढाई काम गर्दै आएको छ । नेपाल प्रहरी विपद् व्यवस्थापन कार्यालयको २०८०/०८१ को तथ्याङ्कलाई हेर्दा विभिन्न प्राकृतिक विपद्हरू आगलागि, बाढी, पहिरो, चट्याङ, जनावर आक्रमण, हावाहुरी, अविरल वर्षा, लेक लाग्नु, भूकम्प आदिबाट नेपालभरमा ५८१ मृत्यु , १,८३३ घाइते, ५५ वेपत्ता भएका थिए भने ४,५१७ चौपाय, २०,७९० घर, १,२९३ गोठ, १६ उद्योग, ३६२ विद्यालय, १७२ सरकारी कार्यालय, र २६ पुलको क्षति भएको थियो भने ४,८९७ जना विस्थापित भएका थिए । देशभरमा रु. ५,५२,३६,९२,७७४/- बराबरको भौतिक क्षति भएको थियो । त्यसैगरी यस आ.व.मा ८,९६७ घटना संख्यामा ६२,०४१ प्रहरी परिचालन भएका थिए । त्यसैगरी आ.व २०८१/०८२ सुरु भए देखि हाल सम्मको तथ्याङ्कलाई हेर्दा ४२५ मृत्यु, ६४८ घाइते र ३१ जना वेपत्ता भएका छन् । ५,७२९ चौपाय, ८,००५ घर, ८४६ गोठ, १ उद्योग, १० विद्यालय, १० सरकारी कार्यालय र ४४ पुलको क्षति भयो । त्यसै गरी ५,९७६ घर डुबान भए भने देशभरमा रु.९,४९,४५,२९,८३४/- बराबरको भौतिक क्षति भयो। ३,५४१ घटना संख्यामा २२,१६७ प्रहरी परिचालन भएका थिए।

माथिको तथ्याङ्कलाई हेर्ने हो भने प्राकृतिक विपद्बाट बर्सेनि ठूलो धनजनको क्षति हुने गरेको छ । पछिल्लो समय अझै मौसम सुरु हुनु अगाडि नै मौसम पूर्वानुमान सम्बन्धित निकायबाट हुने गरेकोले प्रकोप व्यवस्थापनमा योगदान पुगेको छ । यसबाट नेपाल प्रहरी लगायत अन्य सुरक्षा निकाय तथा सरोकार निकायहरूलाई पूर्व योजना बनाई उद्धारमा खटिन र सुक्षाका उपायहरू अपनाउन सहज भएको छ।

सङ्क्षेपमा, विपद् न्यूनीकरणका लागि सरकार तथा सुरक्षा निकायको प्रयास मात्र पर्याप्त हुँदैन । यसका लागि

सरकारी तथा गैर सरकारी संघसंस्था, स्थानीय तह र समाजका हरेक नागरिक सचेत, सजग र क्रियाशिल हुनु पर्दछ । जोखिम र सुरक्षित आवास क्षेत्र पहिचान गरी बस्ती बसाल्ने, जंगल संरक्षणमा जोड दिने, खेती गर्ने र बस्ने ठाउँ पहिचान गर्ने, भौगोलिक अवस्था हेरी मात्र सडक, नहर, भवन र कुलोजस्ता संरचना बनाउने आदि काममा सचेतना अपनाउनु पर्दछ । यसरी विपद्का घटनाहरूबाट हुने मानवीय तथा भौतिक क्षतिलाई नियन्त्रण, न्यूनीकरण र व्यवस्थापन गर्न सरकार, सरोकारवाला, स्थानीय निकाय र आमनागिरक सबैले समन्वय गरी अगाडि बढ्नु पर्ने आवश्यकता देखिन्छ ।

सन्दर्भ सामग्री : नेपाल प्रहरी विपद् व्यवस्थापन कार्यालय, सामाखुसी, काठमाडौं । ♦

कविता

यो देश नेपालको प्रकृति र........

✍ **प्र.स.ह. गोबिन्द राज ओझा**

यो देश नेपालको प्रकृति र संस्कृतिसँग रमाएको छु
यहाँको इतिहास पढेर नयाँ अनुभव बटुलेको छु
नेपाली भएर बाँच्न पाएकोमा खुसी छु
म यो देशको देशभक्त नागरिक हुँ

मेरो रक्तको कर्ण कर्णमा देशभक्ति बगेको छ
यो देश,यो प्रकृतिसँग माया मोह बढेको छ
सदा शान्त र सुन्दर देश हो यो
गौरवशाली स्वाधीन राष्ट्र हो यो

यो धर्तीको सेवा गर्न पाउदा भाग्यमानी ठान्छु
मातृभूमिको प्रगति होस् कामना गर्छु
स्वतन्त्र राष्ट्र नेपालको माया लागिरहन्छ
हामी सबै मिलेर यो देश समृद्ध बनाउनु पर्छ

यो देश नेपालको प्रकृति र संस्कृतिसँग रमाएको छु
यहाँको इतिहास पढेर नयाँ अनुभव बटुलेको छु
नेपाली भएर बाँच्न पाएकोमा खुसी छु
म देशको देशभक्त नागरिक हुँ ।

नियात्रा

रूमलिँदै हिँड्दा पूर्व सहकर्मीसँग जम्काभेट

✍ **घनबहादुर थापा**

नेपालदेखि अमेरिकाको बोष्टन पुगेको प्रसङ्ग त यसअघिको भागमा प्रस्तुत गरेँ । अब त्यहाँ पुगेपछिका दिन कसरी बिते होलान् ? बिरानो ठाउँ, आफन्तको खडेरी ! न टेक्ने हाँगो न समाउने डाली ? यसबारे पनि केही खोतल्नु श्रेयष्कर होला ।

अमेरिका पुगेको पहिलो हप्ता त रूमलिएरै बित्ने रहेछ । हुन त यो अवस्था व्यक्तिपिच्छे फरक फरक हुन्छ । कुनै निश्चित कार्यक्रम लिएर गएको भए भोलिपल्टदेखि नै भ्याई नभ्याई पक्कै पनि हुन्थ्यो होला । आफू परियो सामान्य मान्छे ! सामान्यतया लामो अवधि बस्ने अभिप्रायले गइएको छ भने सुरूमा अन्योलमै परिन्छ रे । म शायद यस मामिलामा पृथक रहेँ । सपनाको देश कस्तो होला ? यही कौतुहलताले नजरहरू यत्रतत्र डुलायो । तर फराकिलो घुमफिरका लागि पखेटा चाहिन्छ । त्यसको व्यवस्थापनमा म निकै कमजोर सावित हुनु स्वभाविकै हो । किनकि मेरा लागि त्यहाँ पुग्नु नै अनमोल थियो । त्यसैले मेरा पदचाप स्थानीय बजार घुमफिरमा सीमित रहे ।

सन् २०१४ जुलाई तेस्रो हप्ताको समय थियो, जुन मेरा लागि नितान्त नयाँ ठाउँ र परिवेशमा हिँडिरहेको । त्यसैले पहिलो यात्रा नेपाली भाषीहरू काम गर्ने स्थलको बन्यो । त्यस्तै अवस्था अवलोकनमा सुरूका पल खर्च भए । हिँड्दै चाहार्दै गर्दा नेपालमै परिचित एकजना पूर्व प्रहरी नायब उपरीक्षकसँग जम्का भेट भो । उनले स्टोर अर्थात् ग्रोसरीमा काम गर्ने रहेछन् । नेपालमा त्यस्ता पसल सानो सुपरमार्केटको रूपमा परिचित छन् । उनको मुहार र स्टोर सरर नियालेँ । सफा मालसामानहरू चट्ट मिलाएर राखिएका र उनको मुहार खुलेको पाएँ । नेपाल प्रहरीमा कार्यरत हुँदा फुर्सदको समयमा गीत लेख्ने गर्थे उनले । खासगरी भजन लेख्थे । भगवान्प्रतिको भक्तिभाव प्रखर थियो । गीतकारको रूपमा केही ख्याती पनि कमाएका थिए । बोलीपिच्छे 'प्रभूको लिला' भन्ने थेगो बोल्थे । पछि त्यही नाममा भजनको सिडी नै निकालेका थिए । उक्त गीत सिडीको मैले समीक्षा पनि गरेको थिएँ । एउटा दैनिक पत्रिकामा प्रकाशित भएको थियो त्यो समीक्षा । अमेरिका छिरेपछि पनि भगवान्प्रति उनको

आस्थामा कुनै कमी आएको रहेनछ । लाग्यो, जहाँ पुगे पनि नेपाली धर्म, संस्कृति र भाषा सबैलाई प्यारो लाग्ने रहेछ। उनलाई भेट्दा आफन्तपनको झल्को नै मेटियो।

अमेरिकामा प्रायः नेपालीहरूले पेट्रोल पम्प, भारतीय ग्रोसरी स्टोर्स आदिमा काम गरेको पाइयो । होटल, रेष्टुरेन्ट, ब्यूटीपार्लर र ट्याक्सी चलाउने काममा पनि उत्तिकै सहभागिता रहेछ नेपालीहरूको । कतिपय स्थानमा आफै ग्रोसरी स्टोर्सको मालिक भई आफै काम गर्दै चलाएको पाइँदा खुसी चुलियो । अमेरिका सम्पत्ति तथा अवसरको आकर्षण केन्द्र मानिन्छ। यही आकर्षणमा दुनियाभरीका युवाहरू होमिएका छन्। दक्ष युवाहरू पनि अध्ययन पश्चात उतै बस्ने गरेको कारण त्यहाँको वातावरणले प्रस्ट्यायो । डाक्टर, इन्जिनियर, प्रोफेसर, वकिल, आइटी टेक्नीसियनजस्ता ओहोदामा रहेर काम गरेका नेपाली पनि भेटिँदा गर्वको महसुस भयो।

हाउजिङ तथा जग्गाको कारोबार, बैंक तथा विभिन्न कम्पनीका प्रबन्धक, को-अर्डिनेटर, डिजाइनर, नर्स, मेडियामासमेत काम गरेको पाइयो। अमेरिका जस्तो विकसित मुलुकमा पुगेर प्रतिष्ठित स्थानमा रहेर नेपालीहरूले काम गर्ने गरेको पाउँदा केही हदसम्म सुखानुभूति आभाष भयो । नेपालको परिवेशलाई आत्मसात गर्दै अमेरिकी परिवेशमा पूर्णत समाहित भई उन्नति पथमा लम्कन सक्नु चानचुने कुरा पक्कै होइन । तथापि जे-जस्तो उपलब्धिबाट पनि पूर्ण सन्तुष्टि हुन नसक्ने नेपाली गुण त्यहाँ पनि विद्यमान रहेको मैले पाएँ।

सम्पत्ति भनेको पैसा र बैंक मौज्दात मात्र होइन । तर अधिकांश मान्छे यसैका पछि दर्गुछन् । सुनचाँदी, जग्गा-जमिन, ठूला भवन, शेयर, महङ्गा गाडी मात्र सम्पत्ति होइनन्। तर मान्छेहरू तिनैलाई मात्र सम्पत्ति भन्ठान्छन्। यसैमा विश्वास गर्छन् र यस्तो भौतिक सम्पत्ति आर्जन गर्न मरिहत्ते गर्छन्। तर यो मात्र सम्पत्ति होइन भन्ने कुरा अमेरिका पुगेपछि थाहा भो मलाई । सम्पत्ति त मानिसको स्वतन्त्रता, सुख सन्तोष पनि प्रमुख रहेछ। नेपालमा हुँदा लामो सरकारी सेवा गरी सेवा निवृत्त भएका, उमेरको उत्तरार्धमा पुगेका र नेपालमा प्रशस्त सम्पत्ति भएकाहरू त्यहाँको सानोतिनो काममा खुसी भएको देखेर मैले यस्तै महसुस गरेँ। फेरि सम्पत्ति आर्जनको प्रमुख उर्जा व्यक्तिको उद्यमशीलता र उत्साह पनि रहेछ। एउटा भारतीय ग्रोसरी स्टोरमा भेटिएका ब्राजिलका कामदारसँगको कुराकानी पछि मलाई यस्तो महसुस भएको हो । उनले भने, 'हेर्नुस् म ७५ वर्षको भएँ। अहिले पनि यी यसरी भारी बोक्छु', भन्दै ग्रोसरी सामानका कार्टुनहरू अन्डर

ग्राउण्डमा रहेको स्टोरबाट बोकेर माथिल्लो तलामा उकाल्थे । काम गर्ने समयको कुनै सीमितता थिएन । 'आवश्यक परे जतिखेर पनि काम गर्न आउन सजिलो होस् भनेर फ्ल्याट पनि नजिकै लिएको छु', उनले मलाई सुनाएका थिए ।

एउटा अर्को प्रसङ्ग यहाँ केलाउनु उपयुक्त होला । मेरा एकजना नातेदार काम गर्ने अमेरिकाको एक ग्रोसरी स्टोर्समा ग्राहकहरू लट्री खेल्न आउँथे । लट्री अमेरिकी सरकारले वैधानिकता दिएको चिट्ठा खेल हो । यसबाट लाखौं कमाएका उदाहरण पनि छन् । केही पैसा गुमाएका मान्छे पनि छन् । स्टोर्समा चिया, कफी, चिसो पेय पदार्थ, ड्राइफुड आइटम, बेकरी आइटम, आइसक्रिम आदि पाइदो रैछ । त्यही खाँदै र रमाउँदै मान्छेहरू लट्री खेल्दा रहेछन् । तिनका ग्राहक प्रायः ब्राजिलियन रहेछन् । उनीहरू अजङ्गको बलियो ज्यान भएका थिए । ठूला भवनहरूमा रङरोगन लगाउने काम गर्दा रहेछन् । काम नहुँदा वा आराम गर्ने समय, खाजा खाने समय त्यहाँ आएर खाजा खाँदै लट्री खेल्ने रहेछन् । म पनि घुम्दै प्रायः त्यो स्टोर्समा पुग्थैं । दिउँसोको समयमा पनि उनीहरू त्यहाँ आउँथे । बाहिर जाने आउने गरिरहन्थे । कुनै दिन म बिहान ६ बजे पुग्दा पनि उनीहरू त्यहीँ देखिन्थे । कहिलेकाहीँ कफी पिउन स्टोर्स छिर्दा पनि उनीहरू त्यही देखिन्थे । लट्री खेलेकै हुन्थे । जिते भने ६०/७० डलर ग्रोसरीका कर्मचारीलाई टिप्स पनि दिन्थे । यसको मतलब उनीहरू कति मेहनत गर्छन् भन्ने नै हो । बिहान सबेरैदेखि राति १२ बजेसम्म उनीहरू काममा खटिँदा रहेछन् । खेल्दै, खाँदै, बिच बिचमा थकाइ मार्दै र काम गर्दै गर्दा लामो समय काममै खटिएको पत्तो नहुँदो सायद ! शारीरिक श्रमबाट हुने थकाई मेट्ने क्रममा पनि उनीहरू लट्री खेलेर पैसा आर्जन गर्ने प्रयत्न गर्दा रहेछन् । यो रहेछ मेहनत भन्ने कुरा ।

उता नेपालमा प्रहरीको जागिरबाट राजीनामा दिएर अमेरिका छिरेका एकजना पूर्व प्रहरी निरीक्षक बैंक अफ अमेरिकाको शाखा प्रबन्धकसम्म पुगैं भन्दै थिए । प्रहरी निरीक्षककै जागिर छोडेर गएका अर्का पूर्व प्रहरी निरीक्षक र पूर्व प्रहरी नायब निरीक्षक मिलेर आफ्नै ग्रोसरी स्टोर्स चलाएर बसेका रहेछन् । प्रहरी नायब उपरीक्षकबाट सेवा निवृत्त भएका अर्का पूर्व प्रहरी अधिकृत बढ्दो उमेरमा ग्रोसरीमै रमाएको पाइयो । 'डलरको दुनियाँमा फसे पछि सबै सकियो । उता नेपालको सम्पत्ति लथालिङ्ग छ । पेन्सनको पनि के वास्ता ? अब यतै रमाउनुपर्छ ।' उनले उत्साहकासाथ मसँग भने । यी प्रतिनिधि पात्रबाट थाहा भो उत्साह नै सम्पत्ति हो । उहाँहरू सबैसँग जम्काभेट नै भयो भन्नुपर्‍यो !

रूमलिने सप्ताह भने पनि

अमेरिका प्रवेश गरेको यो पहिलो हप्ता मेरा लागि उत्साहजनक नै सावित भयो । सबै ग्रोसरीहरू चाहर्न पाइयो । सबै ठाउँमा कामदारहरू ग्राहकलाई उच्च प्राथमिकता दिन्थे । काउण्टरमा बस्नेहरू उठेरै हाँसी हाँसी सेवा दिन्थे । सरसफाई आफै गर्थे । र्‍याकमा सकिएका सामानहरू स्टोरबाट ल्याएर आफै मिलाउँथे । आफ्नै ग्रोसरीका मालिकहरू पनि यस्ता काम आफै गर्थे । तीनवटा ग्रोसरीको प्रबन्धक हुँ भन्ने मान्छे समेत दैनिक १० घण्टा उभिएरै काउण्टरमा काम पनि गर्थे । सरसफाई, दैनिक हरहिसाब, सामान खरिद सबै आफै गर्थे । त्यसैले भन्दा रहेछन् अमेरिका स्वयम् जनताले निर्माण गरेको संसारको पहिलो राष्ट्र हो । यो वास्तविकता म आफैले देखेँ, भोगेँ । नेपालमा हुँदा 'आफ्नो गाउँ, आफै बनाउँ' भन्ने नारा प्रशस्त सुनेको हो । तर आफै गाउँ बनाएको कतै देखिएन । तर यहाँ त्यस्तो नारा सुनिएन तर आफ्नो काम आफै गरेर समृद्धिको ढोका खोलेको प्रशस्त देखियो ।

अमेरिकामा पहिलो हप्ता हिँड्ने मात्रै काम भो । गामतिर जस्तो लखर लखर हिँड्दा कुरा गर्ने, कता जाने हो ? भन्दै घेर्न आउने जमात प्रशस्त हुन्छ । तर त्यहाँ शहरमा प्रशस्त मान्छे हिँड्थे । तर उनीहरूको दिनचर्याको तालिका व्यवस्थापन भएको हुन्थ्यो । बिना काम कोही कसैले समय कटाएको थाहा हुन आएन । बाटोमा हिँड्दा, सार्वजनिक बस वा रेलमा यात्रा गर्दा बिनाकाम कोही कसैसँग बोल्दैनथे । आफ्नै मोबाइल, आइफोनको इन्टरनेटमा व्यस्त हुन्थे । सायद त्यहाँ पनि काम नै गरिरहेका हुन्थे होला नेटमार्फत् ।

केही वास्तविकता नियाल्दै हिँड्दा र केही कल्पनामा रूमलिँदा मेरो पहिलो हप्ता बित्यो । बाँकी समयका केही थप सम्झना अर्को भागमा कोर्ने नै छु । ♦

गजल

✍ **प्र.ज.मस्त पुन मगर**

के गर्छौ यार म गरिबसँग धन भएन
ऊ बेला पनि त मुनाको मदन भएन ।

खेल्न त खेल्नुहुन्छ बा छोरासँग सधैं
तर के गर्नु मेरा बाको बचपन भएन ।

हावाको वेगसँगै उड्न मन त हुँदो हो
अफसोच मेरा आँसुहरूको वजन भएन ।

म त्यही बेला देखि लास भएर बाँचेको छु
जुन बेला प्रियाको मुटुमा धट्कन भएन ।

कहाँ कहाँ व्यस्त बनाउँछ मोबाइलले पनि
आफ्नै छेउको साथीसँग आफ्नोपन भएन ।

फेरिएको परिवेश, रंगहिन पर्वहरु

✍ प्र.स.नि. नवराज विष्ट

"वर्ष र दिनको रमाईलो चाड गाउँघरमा आईपुग्यो........., लक्ष्मी आईन आँगन बडारीकुडारी राखन.......।" प्रायजसो यी गीतहरू नेपालीहरूको महान चाड दसैं, तिहार तथा छठ पर्वहरूको आगमनसँगै हाम्रो गाउँघरमा गुञ्जनछन् । वर्ष र दिनपश्चातः दसैं र तिहारमा लक्ष्मीको पुनः आगमन भएको भाव यी गीतहरूले प्रस्तुत गर्दछन् । हामी नेपालीहरूले पनि उक्त भावलाई अनुभूति गर्दै आएका छौं । गाउँघरमा हरेक वर्ष दसैं तथा तिहारमा लक्ष्मी हाम्रो घरको दैलो ढकढकाउन त आईपुग्छन्, तर विदेशी भूमिमा तिनै खुसी र लक्ष्मी भित्र्याउन गएका हाम्रा लाखौं नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीहरू गाउँघरमा फर्कि आउदैनन् ।

दसैं तथा तिहारजस्ता पर्वहरू पारिवारिक पुनर्मिलन गराउने पर्वहरूका रूपमा महत्व राख्दछन् । तर यी पर्वहरूमा नै हामी प्रत्येक नेपालीहरूले कुनै वर्ष परिवारको कुनै न कुनै एक सदस्यबिनानै मनाएको नमिठो अनुभव अनुभूति नगरेको सायदै होला । अहिलेको नयाँ पुस्ता माध्यमिक सम्मको शिक्षा प्राप्त गर्नासाथ जापान, अष्ट्रेलियालगायतका अन्य मुलुकमा शैक्षिक भिषामा पलायन हुने गरेका छन् । त्यस्तै अन्य खाडी, युरोपीयन देशलगायत अन्य मुलुकमा पनि वैदेशिक रोजगारीका निमित्त विदेशिनेको संख्या उल्लेखनीय नै छ । रिपब्लिका नामक पत्रिकाको तथ्यांकलाई हेर्ने हो भने गत वर्ष मात्रै करिब ७,४१,००० नेपालीले वैदेशिक रोजगारीका निम्ति देश छाडेका छन् । देशमै रोजगारीका अवसरहरू सिर्जना हुन नसक्नुले लाखौं नेपाली युवायुवतीहरू चाडपर्वहरूको संघारमा भिजेका आँखाहरूसहित विदेशिन बाध्य छन् । त्यसैले त आजभोलि हामीलाई हाम्रा चाडहरू उजाडिएका, उराठलाग्दा र शून्य लाग्दछन् ।

कुनै समयमा गाउँघरमा दसैंमा पिङ्गको लठ्ठा हाल्नका निमित्त जम्मा हुने जमातको संख्या विशाल नै हुने गर्थ्यो । तिहारमा देउसी भैलो खेल्ने युवायुवती पनि उत्तिकै हुन्थे तर समयको नयाँ आयामसँगै यी दुवै क्रियाकलापहरूमा युवायुवतीको

सहभागिता क्रमशः न्यून हुँदै गइरहेको छ । यसो हुनुको प्रमुख कारण युवायुवती विदेशिनु हो । यसका अलवा प्रविधिको विकास तथा विस्तारले मानिसहरू घर बाहिरका क्रियाकलापहरूभन्दा मोबाइलको दुनियामा हराउनु अर्को कारण हो । पारिवारिक पुनर्मिलनको पर्व भनिएका दसैँ तथा तिहारमा कतै हामी यो प्रविधिको प्रयोगले नजिक भए तापनि टाढिएका त छैनौँ ? पश्चिमा गीत, संगित र संस्कृतिले पनि हाम्रा पर्वहरूका मौलिक धुन तथा संगितलाई विस्थापन गरिरहेका छन् । मौलिक मादल, बाँसुरी जस्ता बाजाहरूको धुन आजभोलि डि.जे. तथा हिन्दी गीतहरूको अगाडि क्रमशः मधुर बन्दै गइरहेका छन् ।

यस वर्ष असोज ११ देखि १६ गतेसम्म आएकको अविरल वर्षाले देशभरिमा कैयौ मानिसको ज्यान मात्र नलिई अन्नबाली पनि नष्ट गरिदियो । हजारौं मानिसहरू विस्थापित भए । बाढी, पहिरो, सडक दुर्घटना तथा वर्षाजस्ता विपत्तिबाट प्रभावित भएका विक्षिप्त नेपालीहरूलाई के यी पर्वहरूको रौनकताले छोएको होला ? कमजोर आर्थिक अवस्था भएका परिवारले देशमा बढ्दो महङ्गीका कारण उल्लासकासाथ पर्व मनाउन सकेका होलान् ? विचारणीय प्रश्नहरू छन् । यी विपत्ति, वैदेशिक रोजगारीको पीडा, प्रविधि तथा महङ्गीजस्ता कुराहरूले यस वर्षका चाडपर्वहरूले बोकी आएको रौनकतालाई छायामा पारेका छन् । तैपनि हामीसँग जे जति छ त्यसैले पर्वहरूमा रौनकता थप्ने प्रयत्न गरौँ । ♦♦♦

गीत

✍ **अर्जुनबाबु तिवारी 'गोरख'**

मिल्न सके मित बन्छन्~गाउन जाने गीत !
बोली वचन राम्रो भए~हुन्छ सबको जित !!
मिल्न सके....

आकाशमा बादल उड्दा~फेवातालमा छाया !
आँखा आँखा बोल्छन् जब, अनि बस्ला माया !!
जान्दिनँ म शब्द पढ्न~ललाटमा लेखिएको,
नपाइने रैछ बरै !~~~ सपनीमा देखिएको !!
मिल्न सके....

ठेस लाग्दा जिन्दगीमा, उज्यालो नै राती
विश्वास गर्नु कसलाई अनि~बन्दा मान्छे घाती
सुन्दिन म कुरा कतै~खहरेको बानी कस्तो ?
टिलपिल गर्दै बिलाउने, कर्कलाको पानी जस्तो...
कर्कलाको पानी जस्तो !!

मिल्न सके मित बन्छन्~गाउन जाने गीत !
बोली वचन राम्रो भए~हुन्छ सबको जित !!
बरै, हुन्छ सबको जित !!

विकास र समृद्धिका निम्ति युवा परिचालन

✍ रत्न प्रजापति

चञ्चल स्वभावका युवावर्ग स्वाभाविकरूपमा अभिलाषी र महत्वाकांक्षी हुन्छन् । युवावर्ग मिठा सपनाहरू साँचेर कदम चाल्न खोज्छन् । युवावर्गको आकांक्षालाई सकारात्मक मूल्याङ्कन गरी सहयोग तथा समर्थन गर्ने र उचित अवसर प्रदान गर्ने वातावरण राज्यले निर्माण गर्ने हो भने तिनले आफ्नो सपनामात्रै साकार पार्ने होइन, मुलुकको विकासमा पनि यथेष्ट योगदान गर्न सक्छन् ।

युवावर्गमा सबै कुरा भएर पनि तिनका लागि आवश्यक अवसरको कमी र भएको अवसरको पनि उचित वितरण हुन नसक्दा अवसरका आकांक्षी युवावर्ग निराश छन् । अनि त्यही निराशाले युवावर्गमा देशप्रति नकारात्मक सोच र धारणाको विकास गराउन सघाइरहेको छ ।

त्यही निराशाले हरेक युवामा अवसरको खोजीका लागि विदेसिनै पर्छ भन्ने मनस्थितिको पनि विकास भइरहेको छ । युवावर्गमाझ देशमा बसेर केही हुँदैन । केही गर्न र केही बन्नका लागि विदेसिनै पर्छ भन्ने भाष्यको निर्माण भइरहेको छ । यहाँ केही छैन र यहाँ बसेर केही हुँदैन भन्दै निराश मन बोकेर बिदेसिने युवाको लर्कन बढ्नुको मुख्य कारण पनि यही निराशा नै हो ।

युवावर्गमा राष्ट्र, राष्ट्रियता र जनताप्रतिको बफादारी; युवाका आधारभूत आवश्यकताहरूको परिपूर्ति; समानता एवं समतामूलक वितरणको सिद्धान्त; संवैधानिक सर्वोच्चता; वैयक्तिक स्वतन्त्रता; विश्वव्यापी मानव अधिकारको सिद्धान्त; लोकतान्त्रिक मूल्यमान्यता; विश्वशान्ति; सहअस्तित्व; जाति, भाषा, संस्कृति र वातावरणीय सम्पदाको संरक्षण र सम्वर्द्धन जस्ता आधारभूत मूल्यमान्यताहरूको प्रवर्द्धन हेतु राष्ट्रिय युवा नीति २०६६ जारी गरिएको थियो । सोही नीतिले निर्देश गरेबमोजिम पाँच वर्षपछि पुनरावलोकनसहित राष्ट्रिय युवा नीति २०७२ लागु गरिएको छ । तर युवा नीतिका लक्ष्य र उद्देश्यअनुरूप कार्यान्वयन हुन नसक्दा युवाशक्तिमा विद्यमान सम्भावनालाई उपयोग गर्न सकिएको छैन । जे जस्तोसुकै ऐन, नीति र कार्ययोजना

तर्जुमा गरी लागु गरिए पनि तिनको प्रभावकारी कार्यान्वयनको अभावमा युवावर्गले आफूले खोजेको अवसर प्राप्त गर्न सकेका छैनन् । अवसर प्राप्तिमा अकल्पनीय प्रतिस्पर्धा बढेको छ भने प्राप्त उपलब्धिबाट पनि युवावर्ग सन्तुष्ट हुन सकेका छैनन् । किनभने प्राप्त अवसरबाट पनि तिनले आफ्नो जीवनयापनलाई सहज बनाउन सकेका छैनन् भने भविष्यको सुनिश्चितता त झन् देखेकै छैनन् । त्यसैले धेरैजसो सक्षम युवा देश छोड्न आतुर छन् । त्यसैले कहाली लाग्दो युवापलायन देशका लागि चिन्ताको विषय बनेको छ ।

राष्ट्रिय युवा नीति २०७२ मा युवाशक्ति राष्ट्रको अमूल्य सम्पत्ति हो भनिएको छ । युवा राजनीतिक, आर्थिक, सामाजिक र सांस्कृतिक रूपान्तरणका अग्रदूत तथा परिवतर्नका संवाहक शक्ति हुन् पनि भनिएको छ । साहस, सिर्जनशीलता, सिक्ने क्षमता एवं उच्च आत्मविश्वासका कारण यो वर्ग राष्ट्रको प्रमुख धरोहरको रूपमा रहेको हुन्छ, जसलाई राष्ट्र निर्माणको प्रमुख स्रोतसमेत मानिन्छ । तर राष्ट्र निर्माणको प्रमुख स्रोत मानिएका कुल युवामध्ये ४१ प्रतिशत युवा देशमा केही गर्ने अवसर छैन भन्दै त्यही अवसरको खोजीमा बर्सेनि विदेसिदै गर्दा पनि देशका राजनेता तथा नीतिनिर्माताहरूमा चेत नआउनु निकै विडम्बनापूर्ण बनेको छ ।

राष्ट्रिय युवा नीति २०७२ ले १६ देखि ४० वर्षसम्मका नागरिकलाई युवा भनेर परिभाषित गरेको छ । यो परिभाषाअनुसार पछिल्लो राष्ट्रिय जनगणना २०७८ को नतिजाअनुसार देशको कुल जनसंख्यामा ४२.५६ प्रतिशत युवा जनसंख्या रहेको छ । जसअनुसार कुल युवा जनसंख्या १ करोड २४ लाख १२ हजार रहेको देखिन्छ । तर यति धेरै ऊर्जाशील युवा जनसंख्यामध्ये झन्डै आधा अर्थात् झन्डै ६० लाख नेपाली युवा रोजगारी र अन्य अवसरको खोजीमा बिदेसिएको सर कारी तथ्यांक छ । देशमै बसेका युवामध्ये पनि अधिकांश बेरोजगार छन् । यसो हुँदा युवा जनशक्तिमा निहित असीमित ऊर्जा उपयोगविहीन अवस्थामा छ अर्थात् खेर गइरहेको छ । यो ऊर्जाको सदुपयोग हुनसके देशले छिट्टै काँचुली फेर्नेमा कुनै सन्देह छैन ।

कुल जनसंख्यामा ४२.५६ प्रतिशत युवा जनसंख्या हुनु जनसांख्यिक लाभका दृष्टिकोणले निकै सकारात्मक पक्ष हो । यति धेरै युवा जनसंख्यालाई सही ढंगले परिचालन गर्नसक्ने हो भने देशले छिट्टै विकास र आर्थिक समृद्धि हासिल गर्नसक्छ । तर युवा जनसंख्यालाई सही

ढंगले परिचालन गर्ने नीति तथा योजनाहरू समयसापेक्ष र प्रभावकारी नभई दिँदा स्वयं युवा जनसंख्या विभिन्न चुनौतीहरूको सामना गर्न बाध्य छन् । वर्तमान सन्दर्भमा गुणस्तरीय, समयसापेक्ष, रोजगारमूलक शिक्षाको अभाव; व्यावसायिक सिप र प्रविधिमा न्यून पहुँच; बेरोजगारी र अर्धबेरोजगारी; युवापलायन; कमजोर स्वास्थ्य, पोषण र मनोबल; युवामैत्री लगानी र उद्यमशील वातावरणको अभाव; लैंगिक, क्षेत्रीय, जातीय असमानता तथा विश्वव्यापीकरण र उदारीकरणले ल्याएका नकारात्मक प्रभाव नेपाली युवाका समस्या एवं चुनौतीका रूपमा रहेको युवा नीतिमै उल्लेख गरिएका छन् । तर ती समस्या र चुनौतीहरूको सामना गर्ने संयन्त्रको विकासमा प्रभावकारी पहल हुन नसक्दा देशका युवावर्गमा निराशाले छाएको अवस्था छ । अधिक युवा जनसंख्याको कारण देशले प्राप्त गर्ने दुर्लभ जनसांख्यिक लाभांश (Population Dividend) बाट पनि देश वञ्चित भइरहेको छ। बरु धेरै नेपाली युवा बिदेसिएकाले यस्तो लाभांश विदेशी मुलुकहरूले प्राप्त गरिरहेका छन् । यो निकै ठूलो विडम्बना हो र हाम्रो दुर्भाग्य पनि हो ।

नेपालका हरेक राजनीतिक परिवर्तन, लोकतन्त्रको स्थापना र अन्य सामाजिक आन्दोलनहरूमा महत्वपूर्ण योगदान गर्ने युवावर्ग आफ्नै जीवनको परिवर्तनमा भने निरीह बन्नुपर्ने अवस्था छ । किनभने राज्यले युवाका आकांक्षा पूरा गर्ने र तिनको मागलाई सम्बोधन गर्ने विषयमा गम्भीरता अपनाउनै सकेको छैन । यसको परिणाम युवाले त भोगेकै छन्, स्वयं राज्यले पनि यसको मूल्य चुकाइरहेको अवस्था छ । देशले भोगिरहेको अविकास र पछौटेपनको अवस्था युवाशक्तिलाई सही ढंगले परिचालन गर्न नसक्नुको परिणाम नै हो । यो तथ्यलाई राज्यले गम्भीरतापूर्वक मनन् गर्न सक्नुपर्छ ।

शिक्षा र रोजगारीको राम्रो अवसर उपलब्ध भएका अमेरिका, बेलायत, क्यानाडा, जापान, अष्ट्रेलिया जस्ता विश्वका विकसित राष्ट्रहरूमा जान एकथरी नेपाली युवा निकै लालायित हुँदै आएका छन् । अर्काथरी युवा चाहिँ केबल रोजगारीकै लागि कोरिया, कतार, मलेसिया, साउदी अरब, युनाइटेड अरब इमिरेट्सजस्ता खाडी मुलुकमा जान मरिहत्ते गरिरहेका छन् । उल्लेखित देशका नेपालस्थित राजदूतावासहरूमा भिसाका लागि लाइन लाग्ने युवाको भिडलाई हेर्ने हो भने युवापलायनको स्थिति कहालीलाग्दो देखिन्छ । त्यस्तो भिडलाई देख्दा सबैको मनमा प्रश्न उठ्छ के साँच्चै नेपालमा युवाका लागि कुनै अवसर नै छैन ? केही बनौं र केही गरौं भन्ने युवाका लागि राज्यले

केही गर्न सक्दैन ? यस्तो अवस्था विद्यमान रहनु साँच्चै ठूलो दुर्भाग्य हो ।

पहाडलाई झुकाउन सक्ने र आँधीलाई रोक्न सक्ने हिम्मत र ऊर्जा बोकेका युवालाई विदेश पठाएर विकास र आर्थिक समृद्धिको कुरा गर्नु व्यर्थ हुन्छ । बिदेसिएका युवाले दुःखले आर्जेर पठाएको रेमिट्यान्सले ठूलो परिमाणमा वस्तु आयात गरेर मात्रै आर्थिक समृद्धि हासिल गर्न सकिदैन ।

विभिन्न थरी नीति, रणनीति र कार्ययोजना मात्रै बनाउने, तर त्यसको कार्यान्वयनमा गम्भीरता नदेखाइकन आगामी सन् २०२६ सम्ममा विकासशील राष्ट्रमा स्तरोन्नति गर्न र सन् २०३० सम्ममा मध्यम आय भएको राष्ट्र बनाउन सम्भव छैन । विकास र आर्थिक समृद्धि हासिल गर्न माथिल्लो तहका व्यक्तिहरूमा दूरदर्शिता र नीतिनिर्माताहरूमा अन्तर्राष्ट्रिय अभ्यास र त्यसको परिणामलाई हेरेर उपयुक्त नीति निर्माण गर्ने कार्यकुशलताको खाँचो छ ।

युवाकै प्रयासमा देशमा ठूल्ठूला राजनीतिक परिवर्तन सफल भए । तर त्यसरी भएको राजनीतिक परिवर्तनबाट युवा लाभान्वित हुन नसक्नु र युवाले देशभित्रै बसेर व्यक्तित्व विकास र रोजगारी अथवा स्वरोजगारीको अवसर नपाउनु दुर्भाग्य हो । अझ आफ्नो नैसर्गिक अधिकारबाट समेत युवावर्ग वञ्चित हुनु झन् ठूलो विडम्बना हो । यस्तो स्थितिको अन्त्य गर्न युवामैत्री नीति तथा योजना तर्जुमा हुनुपर्छ र युवालक्षित कार्यक्रमहरू कार्यान्वयन हुनुपर्छ । यहाँ बसेर केही हुँदैन । केही गर्न र केही पाउन विदेशै जानुपर्छ भन्ने मान्यताले डोऱ्याइएका युवामा यहीँ अवसर छ र यहीँ धेरैथोक गर्न सकिन्छ र यहीँ धेरै पाउन सकिन्छ भन्ने आशा, भरोसा र विश्वास जगाउन देशका नेता र नीतिनिर्माताहरूले पनि अब आफ्नो कार्यशैली बदल्नै पर्छ ।

नीतिनिर्माताहरूले युवाका आधारभूत अधिकारहरूको प्रत्याभूति गर्दै युवा सशक्तीकरणका माध्यमबाट सामर्थ्यवान्, उद्यमशील, सिर्जनशील तथा वैज्ञानिक एवं सकारात्मक सोचयुक्त समृद्ध युवा तयार गर्नुपर्छ । राष्ट्रको राजनीतिक, आर्थिक, सामाजिक र सांस्कृतिक जीवनमा अर्थपूर्ण योगदान दिनसक्ने गरी राष्ट्रका युवालाई नेतृत्वदायी भूमिकामा स्थापित गराउन यसोयसो गरिनेछ र उसोउसो गरिनेछ भनेर राष्ट्रिय युवानीति बनाएरमात्रै पुग्दैन ।

त्यस्तो नीतिलाई प्रभावकारी ढंगले कार्यान्वयन गर्ने वातावरण निर्माणमा राजनीतिक पार्टीहरूको ऐक्यबद्धता र उल्लेखनीय भूमिका अपेक्षित हुन्छ । त्यस्तो भूमिका निर्वाह गर्न देशका राजनीतिक पार्टीहरू तत्पर हुनुपर्छ र प्रतिबद्ध हुनुपर्छ ।

हरेक क्षेत्रमा राजनीति बाधक बन्दै आएको गुनासो बढिरहेको अवस्थामा अब राजनीतिले विकास र आर्थिक समृद्धिका लागि मार्गप्रशस्त गर्न उल्लेखनीय भूमिका निर्वाह गर्न सक्नुपर्छ ।

रेमिट्यान्सको प्रलोभनमा युवाशक्तिलाई विदेश पठाएर देशको विकास हुन सक्दैन । युवा परिचालनबिना देशको आर्थिक समृद्धि र सामाजिक विकास सम्भव छैन । अब युवाका लागि उपयुक्त नीतिहरू बन्नैपर्छ । युवालक्षित योजना तथा कार्यक्रमहरू तर्जुमा हुनैपर्छ । अनि ती नीति, योजना र कार्यक्रमहरूको प्रभावकारी कार्यान्वयन हुनैपर्छ । युवावर्गलाई अवसर दिएर उनीहरूको ऊर्जालाई देशभित्रै उपयोग गर्नसके मात्रै विकास र समृद्धि सम्भव हुन्छ ।

त्यसैले अब सबै युवाशक्तिलाई देशभित्रै बसेर केही बन्ने र केही गर्ने अवसर राज्यले प्रदान गर्नुपर्छ । युवाशक्तिले विदेशबाट कमाएर पठाएको रेमिट्यान्सले मात्रै देशको अर्थतन्त्र धान्ने वर्तमान अवस्थामा सुधार गर्नुपर्छ । अनि विदेशबाट आयात गरिएको वस्तुले यहाँको माग पूरा गर्ने अवस्थाको पनि क्रमशः अन्त्य गर्नुपर्छ । सके देश आत्मनिर्भर हुनुपर्छ, नसके विद्यमान परनिर्भरता कम गर्नुपर्छ र अन्तरनिर्भरता बढाउनुपर्छ ।

आन्तरिक उत्पादन वृद्धि गर्ने नीति अँगाल्दै आफ्नै देशभित्र प्रशस्त खाद्यान्न तथा वस्तु उत्पादन गर्नुपर्छ । आन्तरिक मागलाई आन्तरिक उत्पादनले नै पूरा गर्ने कोसिस गर्नुपर्छ । आर्थिक समृद्धिका लागि आन्तरिक उत्पादन वृद्धि अपरिहार्य नै छ । उत्पादन वृद्धिका लागि उत्पादनशील क्षेत्रमा लगानी प्रवर्द्धन गर्नुपर्छ र उत्पादनशील युवालाई परिचालन गर्नुपर्छ । बढ्दो रेमिट्यान्सको कारण उत्पादकहरू उपभोक्ता बन्ने प्रवृत्तिलाई निरुत्साहित गर्नुपर्छ । उपभोग्य वस्तु उत्पादनको प्रमुख स्रोत कृषि हो । अन्य पेशा-व्यवसायको तुलनामा किसान अर्थात् कृषिमा आवद्ध जनशक्तिलाई दोस्रो दर्जाको नागरिकलाई जस्तो व्यवहार गर्ने प्रवृत्तिको अन्त्य हुनुपर्छ । अनिमात्रै उत्पादन वृद्धि हुन्छ र आर्थिक वृद्धिदर उच्च हुन्छ । अनि देशको अर्थतन्त्र सबल हुन्छ ।

अतः देशको आर्थिक, सामाजिक र राजनीतिक क्षेत्रमा युवा परिचालन गर्नुपर्छ । युवाको ऊर्जा र तिनको आधुनिक सोच, सिप र ज्ञानको प्रयोगबाट मात्रै आर्थिक, सामाजिक र राजनीतिक परिवर्तन सम्भव हुन्छ भन्ने मान्यतालाई आत्मसात् गर्नुपर्छ । युवा परिचालनबाट मात्रै आर्थिक समृद्धि र सामाजिक विकास सम्भव हुन्छ ।

◆◆◆

चिन्तन मनन

✍ **अच्युतप्रसाद पौडेल 'चिन्तन'**

मानवका मुख्य १३ दोषहरू छन् । ती उसका शत्रुहरू हुन् । मानवको दुःखको कारण मानवमा भएको दोष नै हो । भेडाको बथानझैँ मानव दोषहरू एकै ठाउँमा बस्न रूचाउँछन् । यी शत्रुहरू एक पछि अर्को गरी सामुन्ने देखा पर्दछन् । साइकलको पाङ्ग्रा वा घडीको सुईझैँ घुमिरहन्छन् । मानवका १३ शत्रु/दोषहरू यी हुन्, क्रोध, इर्ष्या, काम वासना, शोक, मोह, लोभ, घमण्ड, पर निन्दा/द्वेष, छिद्रान्वेषण, क्रुरता, भय, कठोर कार्य र नृशंसता ।

क्रोधले शरीरको ८ प्रतिशत शक्ति, ऊर्जा नष्ट हुन्छ । आवेगले १६ प्रतिशत मानव उर्जा शक्ति नष्ट हुन्छ । तनावले ३२ प्रतिशत उर्जा शक्ति नष्ट हुन्छ । क्रोध, आवेग, तनाव एकै बाबुका ३ सन्तति हुन् र बिना प्रतिफल शरीरको आधा बढी ऊर्जा खेर गइरहेको हुन्छ । विभिन्न रोगहरू क्रोधकै कारण आउँछन् । उच्च रक्तचाप, रक्त अल्पता, अम्ल, अल्सर, ठूला असाध्य रोगहरू समेतका स्रोत हुन्- आवेग, तनाव, इर्ष्या, जलन, वैमनस्यता, क्रोध आदि । क्रोधको स्रोत/जरो लोभ हो । अर्काको दोष देख्नाले क्रोध बढ्छ, क्षमाशील हुनाले क्रोधको मात्रा घट्छ । दोष दृष्टिले हेर्ने बानी बढ्नाले क्लेश बढ्छ, तनाव, आवेग र इर्ष्या वृद्धि भइरहन्छ। उदार भावले यसको मात्रा घट्छ । दयाको भावनाले यसको मात्रा घट्छ ।

कामनाको स्रोत इच्छा हो, संकल्प हो, चाहना, तीव्र चाहनाले यो बढ्छ । सेवन गरिरहँदा वृद्धि हुन्छ, सेवन गर्न छोड्दा घट्छ, अम्मलझैँ हो यो । मदिरा, चुरोट, जुवाको नसा जस्तै हो, सेवन गर्दा बढ्छ, छोड्दा घट्छ, मोहको स्रोत अज्ञानता हो । पापको अभ्यासले यो बढ्छ, सत्संगले यो घट्छ । लोभको स्रोत कामना हो । अतितको चाहनाको पूर्ति, भविष्यको आशा, भोगवृत्ति आशक्तिले बढ्छ । मदको स्रोत घमण्ड हो, अभिमानले यो बढ्छ, सत्पुरूषको सेवाले यो घट्छ, विवेक र बुद्धिको सदुपयोगले पनि घट्छ । घमण्डको स्वरूप व्यापक छ । घमण्ड ज्ञानको, विज्ञानको, पदको, पैसाको, पराक्रमको, प्रतिष्ठाको, बुद्धिको, कुलको, धनको । तर पवर्गको प-पत्नी घरसम्म मात्रै, पवर्गको प-पति घाटैसम्म मात्रै, पवर्गको प-पुत्र पनि

घाटै सम्म मात्रै, पवर्गको प-पैसा घटनासम्म मात्रै, पवर्गको प-पद कार्यालयसम्म मात्रै, पवर्गको प-प्रतिष्ठा समाजसम्म मात्रै साथ दिन्छ । तर अपवर्गको प-पुण्यले त परोपकार, परमेश्वरसम्म, अनन्तकालसम्म साथ दिन्छ । शोकमा डुबिरहने, कृतघ्न हुने, घृणित इच्छामा मन हुने, गुणीलाई दोष दृष्टिले हेर्ने, अर्काको गुप्त दोषलाई बखान गर्दै हिँड्ने, ज्यादा झूठ बोल्ने, गुण र अवगुणलाई समान देख्ने, दिएर पछुतो गर्ने, म बाहेक अरू कोही नदेख्ने, असमझदारी यस्ता व्यक्तिलाई नृशंस भनिन्छ । नृशंसता मानवको ठूलो शत्रु हो ।

धर्म, सत्यका १३ लक्षण हुन्छन् । धर्मको पहिलो लक्षण सत्य हो । समता, दम (इन्द्रियको) तप, क्षमा, लज्जा, त्याग, ध्यान, धैर्य, अहिंसा, दया, पर दोष रहित, घमण्डको अभाव, तितिक्षा (सहनशीलता), शुद्ध आचरण । तपको स्वरूप कस्तो होला ? समय समयमा अन्न त्याग तप हो । पर्वहरू एकादशी, औँसी वा पर्व, तिथि, बार, व्रत विशेष आदि । अन्न दान महादान हो, समय समयमा दान गर्नाले तपस्वी बनिन्छ, देवत्व प्राप्त हुन्छ । बाबु आमाको सेवा तप नै हो । वृद्ध, असहायको सेवा, सामाजिक सेवा पनि तप हो । देवता, मनुष्य, महर्षि, जीवजन्तु, पितृलाई जल, अन्न, तर्पण, श्राद्धबाट खुसी गराउनु तप हो ।

योग के होला भन्ने सन्दर्भमा चर्चा गर्दा कसैसँग वैर नगुर्नको नाम नै योग हो । समदृष्टि भनेको योग अर्थात् कसैलाई बाधा विरोध नगर्नु योग हो । परदोष नदेख्नु योग हो । छिद्रान्वेषण नगर्ने, प्राप्ति र अप्राप्तिमा बराबरी रहनुको नाम योग हो । सुख र दुःखमा, गाली, गलौजमा पनि आफूलाई समान भावमा राखिरहनेको नाम योग हो । दयालु र गाम्भिर्यता योगका लक्षण हुन् । भोगाशक्तिमा नरहनु योगको लक्षण हो । विषय त्यागको नाम योग हो । अभावको रोगबाट पीडित नहुनुको नाम योग हो । मनोरोगबाट रहित हुनुको नाम योग हो । योगले व्याधि रोग पनि कम गर्छ । जोड्नुको नाम योग हो । भगवत प्रेमप्रति मनको डोरी बाँध्नुको नाम योग हो, रागको त्यागको नाम योग हो । धर्मले साधु बन्नु पर्ने होइन सज्जन बने हुन्छ । पूजा नगरेर, मन्दिर नगएर व्यक्ति नास्तिक हुँदैन तर बुद्धिको दुरूपयोग गर्दा भने व्यक्ति अधार्मिक/नास्तिक हुन्छ ।

आचार के होला जिज्ञासा लाग्छ । सडक, गौशाला, गोठमा, वृक्षमुनि, हरियाली वनस्पतिका बिच, अन्नबाली झुलिरहेको खेतमा, नदीमा स्नान गरेर मलमूत्र त्याग गर्नु भनेको आचारहीन हुनु हो । गायत्री मन्त्र थप जप गरेर, देवता र पितृका नाममा थप तर्पण गरेर मात्र यसको दोष जान्छ । अध्यात्म विज्ञानले सम्पूर्ण मानव जीवन र मानव जगत्लाई

प्रदूषण रहित वातावरणमा हुर्कन प्रेरित गर्छ । प्रदूषण भन्नु नै पाप हो । बैंगलोर शहरमा पुग्दा यहाँ थुक्ना मना है भनेर लेखिएको देखियो । बैंगलोरमा एकजना मित्रले रेलभित्रै चुरोट पिएछन्, तुरून्तै भा.रू २ सयको जरिवाना टिकट काटियो । सार्वजनिक स्थलमा चुरोट पिउन हुन्न भन्छौं हामी तर अस्पतालमा रहेका डाक्टर, कार्यालयमा रहेका स्टाफहरूले सिटमै धुम्रपान गरिरहेको देखिन्छ । प्रदूषण धेरै प्रकारका हुन्छन्-ध्वनि, वायु, जल आदि । भोजन गर्दा अर्काको अन्नमा दोष दृष्टि राख्नु हुन्न । यो मनको प्रदूषण हो, अन्नमा दोष देख्नु हुँदैन । अन्न ईश्वरको स्वरूप हो । अन्नमा दोष देख्नेले सर्जक ईश्वरलाई दोष देखेको हुन्छ । घरमा खाना बनाउँदा अतिथि, कुटुम्बी र सेवकको लागि पृथक पृथक तरिकाले बनाउनु हुँदैन ।

अतिथि, सदाचारी, मान्यजनलाई खुवाएर बाँकी रहेको खाना आहुती गरेर बाँकी रहेको यज्ञ शिष्ट भनौं चरू समान हुन्छ । यो अन्य प्रसाद अमृत समान हुन्छ । पाहुनालाई खुवाएर बाँकी रहेको खाना खानाले परमात्मा स्वरूप भगवत् प्राप्ति हुन्छ । एक्लैको लागि बनाएको समान, आफ्नो लागि आफैंले पस्किएको खाना पनि सामान्यतया राम्रो मानिदैंन । दाँतले नङ्ग टोक्ने, जूठो हातले अन्य कार्य गर्ने, जूठो मुखले अन्य कार्य गर्नेको आयु क्षीण हुन्छ।

अभ्यागत, अतिथि, पुज्य, मान्यजन, देवता, उपासक, विद्वान्, सन्यासीलाई दायाँ पारेर मात्र हिँड्ने, यज्ञशाला, मन्दिर, साँढे, गौशाला, धार्मिक व्यक्ति, मठलाई जहिले पनि दायाँ पारेर हिँड्ने गर्नु पर्छ । भेटघाटको क्रममा परिचित व्यक्ति जब भेटिन्छ उसका कुशल समाचार के छन् सोध्नु बेश हुन्छ । सुन्नेले सुन्न इच्छा नराखीकन आफ्ना दुःख र दर्द नपोख्नु बेस हुन्छ । प्रातःकाल र सन्ध्याका समयमा गुरूलाई स्मरण गर्नुपर्ने हुन्छ जसबाट देवता स्मरण हुन्छ । देव मन्दिरमा, गाई सेवामा, यज्ञादि कर्ममा, शास्त्र अनुसारको स्वाध्याय कार्यमा, भोजन गर्ने गराउने कार्यमा, शारीरिक अवस्था अनुसार दाहिने हातको कार्य बढी राम्रो हुन्छ । परिवार नै भए पनि एउटै थालबाट २ वा २ भन्दा बढीले खाना खानु राम्रो मानिदैन । आफू भन्दा मान्यजनलाई नामले सम्बोधन गर्नु या तँ तिमी भनेर सम्बोधन गर्नु राम्रो मानिँदैन ।

मानिसका कार्यहरू प्रकृति स्वरूप देवताले देखिरहेका हुन्छन्- मानिसका सबै कार्यको लेखाजोखा सूर्यले गरेका हुन्छन्, अनि अग्नि, वायु, भूमि, जल, आकाश, दिउसो, रात्रि, सन्ध्या, बिहानी यमराज, धर्मराज र अन्ततः मानिसको हृदय स्वयम्ले गरिराखेको हुन्छ । अतएव दृष्प्रवृत्तिहरूलाई लुकाउने ठाउँ र समय कहीँ छैन । कानूनको दृष्टिमा टाढा रहे पनि अध्यात्मको

ज्योतिमा कोही टाढा हुँदैन । शारीरिक धर्म भन्दा मानसिक धर्म ठूलो हो । सामाजिक चिन्तकहरू त्यसैले भन्ने गर्छन् “आत्मा साक्षी मन, वचन र कर्मले सेवा गरौं, सेवा नै धर्म हो, सेवा हि परमो धर्मः” आधुनिक काव्यकारहरू पनि भन्छन्, “मलम लगाऊ आर्तहरूको चहऱ्याई रहेको घाउ” ।

अशक्त, बिरामी, साधु, सज्जन, सन्त, अपाङ्ग, असहाय, दीन, दुःखीहरूको सेवामा लागेका तन, मन, धन बढी पवित्र हुन्छ । अस्पताल, नर्सिङ सेवा, आकस्मिक सेवा, आगलागीबाट उद्धार, दुर्घटना एवं भूकम्पबाट उद्धार, बाढी पीडितहरूलाई भोजन एवं लत्ता, कपडा, औषधि दिनु भनेको दिनरात महा अनुष्ठानका स्वरूपहरू हुन् । केवल टिका लगाएर दिने वा कुस पानी संकल्प गरेर दिने मात्र दान होइन, आज जे जति पनि विकसित मुलुकहरू छन् तिनीहरूको सभ्यता यस्तै दानले विकसित गराएको हो ।

शरीर माटो, पानी, आकाश, वायु र अग्नि यी ५ तत्वको मिश्रण हो । जीव र जगत्को उदय र अन्त्य यसैमा हुन्छ । जसरी पानी समुद्रबाट शुरू हुन्छ, समद्रमै अन्त्य हुन्छ । समुद्रको पानी सूर्य तत्वबाट सोसिन्छ, आकाशमा बादल बनेर फेरि जल वर्षा भएर समुद्र बन्छ, ठिक त्यस्तै सुक्ष्म ब्रह्माण्ड र विशाल ब्रह्माण्डको स्रोत भाग यिनै ५ तत्व हुन् र प्रलयका बखत पनि यी पञ्चतन्मात्रामै गएर विलिन हुन्छन् । यी पञ्चतन्मात्रा परमात्माको आनन्द स्वरूप हो । पछि आनन्द स्वरूप ईश्वरमै विलीन हुन्छन् । प्रलयका अन्त्यमा परमेश्वर बाहेक केही बाँकी हुँदैन ।

शरीरका विभिन्न भाग मध्ये शब्द, श्रोत्र (श्रवण) र छिद्र भाग आकाश तत्व हो । स्पर्श, छाला र चेष्टा वायुको तत्व हो । रूप, नेत्र र पाक् तेज तत्व हो । जिभ्रो, रस जलको तत्व हो । गन्ध, नासिका र शरीर भाग पृथ्वी अर्थात् माटो तत्व हो । यस प्रकार शरीर पाँच भागको समिश्रण हो । इन्द्रिय र मन जसले विषयप्रति राग बढाउँछ यो छैठौं तत्व हो भने सातौं तत्व बुद्धि हो, आठौं तत्व आत्मा हो यसलाई क्षेत्र भनिन्छ । इन्द्रियले विषय ग्रहण गर्छ, मनले संकल्प र विकल्प गरिदिन्छ । बुद्धिले ठिक बेठिक निश्चय गर्छ । सबैको साक्षी स्वरूप आत्मा हो जसलाई क्षेत्रज्ञ भनिन्छ ।

‘ज्ञ’ भनेको ज्ञाता हो । शरीर क्षेत्र हो । शरीरले गरेका कार्यको ज्ञाता आत्मा हो । यो अदृश्य छ त्यो परमात्माको अंश हो । शरीरको अन्त्यपछि आत्म तत्व परमात्म तत्वमा मिल्छ, जसरी घडाको जल घडा फुटेपछि समुद्रमा पुग्छ । सत्व रज र तम ३ गुणले इन्द्रियको आश्रय लिएर कार्य गर्छ । मानिसले आफूमा भएको बुद्धि बलद्वारा अरूको बुद्धि बलको आश्रय लिएर कर्म गर्छ । त्यसबाट उसले आफूमा शान्ति प्राप्त

गर्छ बुद्धिले नै सत्कार्यमा प्रेरित गर्छ, बुद्धिले नै कुमार्गमा प्रेरित गर्छ। सत्वगुणी बुद्धिद्वारा सुख हुन्छ, रजो गुणी बुद्धिले दुःख हुन्छ र तमो गुणी बुद्धिले मोह हुन्छ। शरीर या मनबाट कुनै प्रसन्नताको बोध भयो भने हर्ष पैदा हुन्छ । मस्तिष्कका स्नायुहरूले हर्षको अभिव्यक्ति दिन थाल्दछन् र शरीरमा अन्य अंगहरू त्यसै अनुसार देखिन थाल्छन्। निधारमा चमक, ओठमा लालित्य, अनुहारमा उज्यालोपन श्रृङ्गार विना नै अनुहार राम्रो देखिन थाल्छ।

सत्वगुणको वृद्धि हुन गयो भने यो चमक स्थायी हुन्छ । स्वःफूर्त ढंगले हाँसो पैदा हुन्छ, यस बखत जीवन मुस्कुराउन थाल्छ, फूलहरूको रंगीन दृश्यझैं रंगिन थाल्छ। यसको ठिक उल्टो मानिसमा उदासीनता, दुःख, बिना कारण असन्तोष, शोक, सन्ताप, लोभ, आशक्ति, तृष्णा, कुण्ठा, असहनशीलताले जब डेरा जमाउन थाल्छ तिनै नसाका तन्तुहरूले अब नकारात्मक रस छोड्न थाल्छन् । जीवन आँसुमा परिणत हुन्छ। स्रोत एउटै हो, स्वरूप फरक हुन गयो । यसबेला व्यक्तिले व्यक्तिलाई अपमान गर्न थाल्छ। घृणा, वैरभाव, प्रमाद, स्वप्न, निद्रा, आलस्यका गुणहरूले मस्तिष्कमा डेरा जमाउन थाल्दछन्। जीवन हाँसो हो, तर गुलाफका फूलभित्र किरा पनि हुन सक्छ भनेझैं ईश्वरको अनुपम स्वरूप शरीरमा विष तत्व पनि हुन्छ, साथ साथै रहन्छ । गुण अवगुणलाई बुद्धि तत्वबाट उदय गराउँछ भने आत्माको काम केवल दृश्यावलोकन हो, केवल साक्षी स्वरूप हो, संसारमा विज्ञानको जति पनि दुरूपयोग हुन्छ, ईश्वर केही भन्दैन हेरिमात्र बस्छ। आत्मा ठिक त्यस्तै हो । शरीर, मन, बुद्धि, इन्द्रियले के-के गर्छ हेर्ने मात्र कार्य आत्माबाट हुन्छ । मूल्याङ्कन गर्ने वा नगर्न प्रेरणा दिने ऊ हैन। संसारी कार्यमा मन नलगाएर आत्म तत्वमा अनुराग राख्दा आत्मतत्वको चिन्तन र मनन हुन जान्छ। जीवन र जगत् आवश्यकता हो तर यसभित्र रहेर आत्मबोध प्रति अनुराग बढाउनु चिन्तन, मननको सन्देश हो। हिलो नभई कमल हुँदैन तर कमलमा हिलो टाँस्सिदैन अर्थात् जगत् नभई शरीरलाई हुँदैन तर पारमार्थिक तत्वबाट जगत्प्रतिको हेराई उदार बनाउँदा विषयप्रति राग घट्छ - ईश्वरप्रति अनुराग बढ्छ।

शरीरमा रहेर पनि आत्मा शरीर प्रति लिप्त हुँदैन । जलचरहरू जलमा रहन्छन् तर जलप्रति लिप्त हुँदैनन्। ज्ञानी व्यक्ति जगत्मा रहेर पनि जगदीश्वरप्रति उन्मुख हुन्छ। जगत्को रचना जगदीश्वरले गरेको हो। अतएव ऊ आफ्नो मालिकलाई पच्छ्याउँछ। जगत् र शरीरप्रति लिप्त नहुनु आत्माको गुण हो । सुख, दुःख, भोक, तिर्खा, आगमन, पुनरागमन, जरा, बुढ्याइँ, शोक, कष्ट, हैरानी सबै शरीरका गुणहरू

हुन्, आत्माको होइन । नाता, कुटुम्ब, धन, सुख, परिवार, सम्पत्ति पनि शरीरका हुन्, आत्माको होइन । शरीर प्रति यिनको कुनै सरोकार रहँदैन । त्यसर्थ सुख र दुःख अनि लाभ वा हानिमा चित्त बरोबर हुनुपर्ने कारण यही हो । दुःखमा नआत्तिने र सुखमा नमात्तिने भन्ने संकेत पनि यसै कारण हो । सबै जीव यो धर्तीका धरोहर हुन् । आ-आफ्ना कर्मका कारण नाता र सम्बन्धमा गाँसिन पुग्छन् । कर्मको भोग समाप्त हुँदा नाता पनि समाप्त हुन जान्छ ।

मैला कपडा साबुन पानीले सफा हुन्छ, मैलो शरीर साबुन पानीले सफा हुन्छ तर मनको मैलो, मनको अज्ञानता, मनको भ्रम भने सत्संगबाट सफा हुन्छ । ज्ञानमयी गंगामा स्नान भनेको सत्संग नै हो । ज्ञानको भण्डार यस्तै रसमय सागरमा गोता लाउनेले सत्संगको रस लिन सक्छ ।

♦♦♦

कविता

"म हुँ राष्ट्र सेवक"

✍ स.प्र.व.ह.दोर्ण बहादुर कुँवर

मेरो शिरमा अटल अमर नझुकेको गाथा
त्यो भन्दा माथि मेरो अझै नेपाल माता
विश्व सामु अमर छ त्यो खुकुरीको गाथा
न म झुके न त्यो झुक्यो मेरो सगरमाथा ।

खुकुरीको धारमा हिँडि देशलाई न्याय दिन्छु
कुदृष्टिले हेर्छ जसले आलो रगत पिउछु
मर्छु रगत दिन्छु हाँसी राष्ट्रको धर्तिमा
कसम खान्छु राष्ट्रमाता यो लाएको बर्दीमा ।

घाम होस्की झरी परोस् देशको उद्धार गर्दै हिँड्छु
म हुँ राष्ट्र सेवक देशले चाहे बली दिन्छु
हिमाल पहाड तराईको अटुट यात्रा गर्दागर्दै
बाढी पहिरो घामपानीमा पसिना झार्दाझार्दै ।

दुःख पीडा के हो भन्ने फौजीलाई थाहा हुन्छ
आफ्नो ज्यानलाई धरापमा राख्दै उद्धारमा जान्छ
कति जान्छन् चाडपर्व मान्न नपाएर
पल्टन घरमा बस्नुपर्छ देशको माया मुटुमा राखेर ।

भर हुँदैन पड्किन सक्छ बम, बारुद गोलीको जहाँ
कसलाई थाहा हुन्छ हजुर भविष्यको भोली यहाँ
काँधमा राईफल गोली भिरी पुग्छु धेरै ठाउँमा
देशका लागि मरे पनि गर्व गर्नु है मेरी आमा ।

लघुकथा

उपदेश र आचरण

✍ **राजेशमान के.सी.**

सुनाखरी गाउँको मन्दिर परिसरमा एक पटक धार्मिक अनुष्ठान र कथा वाचन कार्यक्रमको भव्य आयोजना गरिएको थियो । कार्यक्रममा राता, पहेँला र गेरू वस्त्रमा सजिएका महिला-पुरूष भक्तजनहरूको बाक्लो उपस्थिति थियो । उद्घोषकले कार्यक्रमको औपचारिक रूपमा थालनी गरेपछि वरपर छरिएर रहेका भक्तजनहरू सभामा एकत्रित भएर बसे । त्यसपछि स्वनामधन्य बाचन शिरोमणी पण्डित रामनाथजी आफ्नो आसनमा पलैँटी कसेर बस्नु भयो र आफ्नो कथा वाचन शुरू गर्नु भयो । कथा वाचनको क्रममा उहाँले उपदेश दिँदै भन्नु भयो-“श्रद्धेय भक्तजनहरू, हामीले काम, क्रोध, लोभ, मोह र अहंकार जस्ता अवगुणहरूलाई आफ्नो मन-मस्तिष्कमा कदापि पालेर राख्नु हुँदैन । यसलाई हामीले जरैदेखि उखेलेर फाल्नु पर्छ । किनकि यी यस्ता पञ्च दोषहरू हुन् जसले मानव जातिलाई कहिल्यै सद्मार्गतर्फ अघि बढ्न दिँदैन । सदैव विनाशतर्फ धकेल्दछ, नर्क कुण्डतर्फ धकेल्दछ ।” उहाँले पुनः उपदेशात्मक शैलीमा भन्नु भयो- “हामीले अनेकन् किसिमका लोभ लालचको वशमा परेर जतिसुकै-धनसम्पत्ति आर्जन गरे पनि आखिर मृत्यु पछि लाने त केही पनि होइन । सबै कुरा यही धर्तीमा छाडेर जानु पर्छ ।” त्यसैले लोभ लालचको वशमा हामी पर्नु हुँदै हुँदैन । पण्डित रामनाथजीले आफ्नो दाहिने हातका औँलाहरू भक्तजनहरूतर्फ केन्द्रित गर्दै अगाडि भन्नु भयो-“सबै भन्दा ठूलो कुरा हो आत्म-सन्तोष । आत्म-सन्तोष जस्तो ठूलो सुख जीवनमा अरू केही पनि हुँदैन । “सन्तोषम् परम् सुखम् जो भनिएको पनि छ ।”

पण्डित रामनाथजीको कथा-वाचन भक्तजनहरूले निकै ध्यानमग्न भएर श्रवण गरिरहेका थिए । कतिपय भक्तजनहरूले उहाँको उपदेशलाई एक किसिमबाट शिरोधार्य गर्दै आ-आफ्नो टाउको हल्लाइरहेका पनि देखिन्थे । अन्त्यमा आफ्नो कथा वाचन सम्पन्न भएपछि पण्डित रामनाथजी आशनबाट जुरूक्क उठेर सिधैँ आयोजकहरू समक्ष पुग्नुभयो र आफ्नो बेफुर्सदीको जनाउ दिँदै

दक्षिणा भेटी माग गर्नु भयो। दक्षिणा स्वरूप पूरा चालिस हजार रकमको चेक बुझेपछि उहाँले अलिकति क्रोध र अहम् मिश्रित स्वरमा आफ्नो असन्तुष्टि भाव दर्शाउँदै भन्नुभयो - "यति त कमै भयो नि ! अन्यत्र यस्ता कथा-वाचनको कार्यक्रमहरूमा मैले कम्तीमा पनि पचास हजार लिने गरेको छु, अलिकति त थप्नुस्।" ♦♦♦

कविता

योद्धाहरू ती

✍ **बेनी बहादुर थापा**

छिर्का रगतको आलोजस्तै, देखिन्छ टिकटमा,
भिमसेन थापाले चोख्याएको, माटो बिकटमा।
भक्ती थापा, लखन थापा, वीरभद्रहरू ती,
कर्णेल उजिर सिंह यस्ताहरू कति-कति।

नाउँ छ वीर गाथामा, यी सब पुर्खाहरूको,
टिस्टादेखि, काँगडासम्म, लड्नेहरूको।
टुक्रा- टुक्रामा न बिटुल्याउँ, तिनको माटो यो,
मेची, काली, मनाङ, मोरङ, सब एकै ढिका हो।

वीर पुर्खाका, सन्तति आज हामी हेलाँ भो,
उठौं जागौं, न सुतौं हामी, अब जाग्ने बेला भो।
आर्य, अनार्य, मंगोल, द्रबिड हामी छौं,
जे-जे भए पनि हामी सब नेपाली हौं।

प्रसव पीडामा छौं हामी निक्लनु पर्‍या छ,
आफ्नो आफ्नो अस्तित्वको, खोजी गर्नु पर्‍या छ।
नछुटुन् नफुटुन् कोही, यही सोच्नु पर्‍या छ,
त्यसैले त हामी सब, एक हुनु पर्‍या छ।

ज्युँति

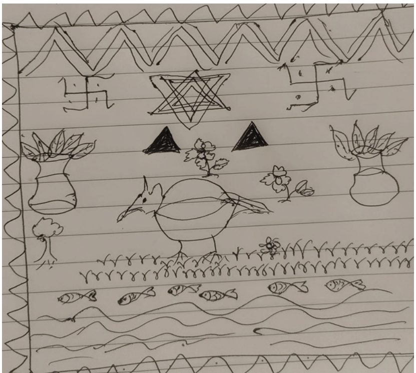
✍ **दीपा भट्ट जोशी**

सबै जातजाति र धर्म संस्कृतिका आ-आफ्नै चालचलन परम्परा र रीतिथिती हुन्छन्, हुनु आवश्यक पनि छ किनभने भाषा, पहिरन, परम्परा र रीतिथिती नै कुनै पनि राष्ट्र, समुदायको पहिचानको आधार पनि हो । सबै धर्म, संस्कृति तथा चालचलन समान रुपले सम्मानित हुन्छन् । आफ्नो भाषा, परम्परा सबैलाई प्रिय हुन्छ। आज काम विशेषले विभिन्न अवसरको खोजीमा मानिस आफ्नो देश र समुदायबाट टाढा बस्न बाध्य छन्, तर कतैकतै रहरका रूपमा पनि बसाइँ सरेको देख्न सकिन्छ, कारण जे जस्तो भए पनि हामीले आफ्नो थातथलो छाडेर बस्दा आफ्ना संस्कारहरूलाई सँगै जीवन्त राख्न सक्नु नै हामीमा हाम्रो समुदायप्रतिको सम्मान र मोहलाई देखाउँछ।

यसै सन्दर्भमा यहाँ सुदूरपश्चिमेली समुदायमा विवाह, व्रतबन्ध, गृह प्रवेश, नामकरण आदि उत्सवमा गरिने ज्युँति पूजाको बारेमा केही प्रकाश पार्ने जमर्को गरिएको छ।

ज्युँति 'ज्यामिती' शब्दबाट लिइएको हो । ज्यामितीमा हामी विभिन्न आकार, कोण, त्रिभुज, षट्कोण आदिका बारेमा अध्ययन गर्छौ । यस्तै आकार प्रकारलाई लिएर त्यस भित्र बनाइने चित्रकलालाई ज्युँति भनिन्छ।

विवाह, व्रतबन्ध, गृहप्रवेश जस्ता शुभ कार्यमा मातृका पूजा (षोडश मातृका यन्त्र) सुदूरपश्चिम समाजमा अनिवार्य मानिन्छ । घरको मूलढोका र जन्ती अन्माउने अथवा सम्बन्धित पूजा कोठाको भित्तामा ज्युँति बनाउने प्रचलन छ । घर भित्र सकारात्मक उर्जा प्रभावका लागि पनि ज्युँति पूजा गरिन्छ। ज्युँति बनाउदा शुभ साइत अर्थात् सगुनका प्रतीक मानिने रुख, माछा, नदि, पहाडका चित्रहरू बनाइन्छन् । माङ्गलिक कार्यमा मातृका (कल्याणकारी शक्ति, तन्त्र शास्त्र, मातृका=मातृ देवीहरूको समूह जसलाई हिन्दू धर्ममा सधैँ सँगै चित्रण गरिन्छ, जस्तै बर्हमाणी,चामुण्डे, कौमारी, वाराही, इन्द्राणी, महेश्वरी आदि) घरका सौभाग्यी दिदी, बहिनी, छोरीद्वारा ज्युँति रेखाङ्कित गरिन्छ। ज्युँति बनाउँदा चामलको पिठो र रातो अबिरको प्रयोग गरिन्छ।



नमुना चित्रः ज्युँति

ज्युँति ढाल्दा गाइने मन्त्र (सु.प. को भाषामा फाग भनिन्छ) यस प्रकार छ :

लेखी दिय दश श्री अंक
दश श्री अंक नन्द जाणौ कि जनजाणौ
लेखी दिउलो चन्द्र, सुरिज
बौजु जति बौजु (भाउजु) मेरी
लेखी दिय ब्याउला ब्याउली
लेखी दिय दश श्री अंक
लेखी दिउलो दुई जोला (जोडी) कलश

यस प्रकारले जिल्ला अनुसारको फरक लय हालेर फाग गाउनु शुभ मानिन्छ । सुदूरपश्चिममा डडेल्धुरा, डोटी, बैतडीमा ज्युँति पूजा गरेको पाइए तापनि अछाम, बाजुरा, बझाङ, दार्चुला तिर ज्युँति पूजाको चलन त्यति बाक्लो देखिदैन । कन्चनपुर र कैलालीमा बसाइँ सरेर आएका मानिसहरूले आफ्नो भेग अनुसार पूजा गरेको पाईन्छ ।

चतुष्कोण (quadrilateral) आकारको ठूलो घेरा भित्र अष्टदल बनाइन्छ । (अष्टदल=कमल फूलका आठ वटा पङ्खुडीमा बनाइने चित्र, लक्ष्मीको प्रतीक, मिथिला कलाको पारम्परिक रुप मानिन्छ) र षडदलमा (६ वटा कोण बनाएर चित्र कोर्ने) देवी देवताका प्रतीक, मानिस सहित प्रकृतिका प्रतीक चिन्ह वा चित्र बनाइन्छ ।

उक्त ज्युँति पूजालाई सुदूरपश्चिममा ज्युँति ढाल्नु भनिन्छ । ज्युँतिमा गाईको गोबरका पाँच वटा साना साना थुम्का बनाउने र दुबो अनि रातो बस्त्रले सिंगारेर घृतधारा (घियुको धारा) लगाएर पूजा गरिन्छ । ज्युँतिको अगाडि आशिर्वाद लिने परम्पराले जीवनका आउने दिनहरूमा सफलता र प्रगतिका लागि अवसरहरूले साथ दिने जन विश्वास आज पनि सुदूरपश्चिमेली समुदायमा देख्न सकिन्छ ।

वरको घरबाट जन्ती जाने बखतमा र दुलहीको घरमा जन्तीको आगमन अघि ज्युँति ढालेर मात्रै अन्य कार्यको शुरूवात हुन्छ अर्थात् पूजा गरिन्छ । नव वरवधुलाई विवाह पश्चात द्वार मातृका (मूल ढोकामा) ज्युँतिको पूजा गराई गृह प्रवेश गराइन्छ, त्यस्तै व्रतबन्धमा बटुकलाई र नयाँ घरको गृह प्रवेशमा घरका मूली बुबाआमालाई द्वार मातृका र जिव मातृकाको पूजा गराइन्छ ।

ज्युँतिको उद्भव वैदिक कालमा नै भएको मानिन्छ । संस्कार, रत्नमाला, कल्प सागर, देवी तन्त्र आदिमा यसको

उल्लेख पाइन्छ ।

मातृका पूजाले घर भित्र सकारात्मक उर्जाको प्रवाह गरी जीवनमा शुभ र मङ्गल हुन्छ भन्ने मान्यता सुदूरपश्चिम समाजमा आज पनि यथावत् छ । आज समाज आधुनिकतातर्फ बढ्दै गएको र व्यक्तिका कार्य व्यस्तताका कारण ज्युँतिलाई कागजमा बनाएर सम्बन्धित ठाउँमा प्रयोगमा ल्याएको पनि पाइन्छ ।

आजका युवाहरूमा आफ्ना समुदायमा धार्मिक मान्यताअनुसार मनाइने परम्परा प्रति मोह जगााउनु प्रत्येक अभिभावकको दायित्व हुन जान्छ र आफ्ना सन्ततिलाई यस्ता परम्परा किन भन्ने प्रश्नको उत्तर हरेक आमाबुबालाई थाहा हुनु पनि उत्तिकै महत्वपूर्ण छ । ♦

लघुकथा

पहिचान

✍ **गंगा खड्का**

“हेलो नानी ! आज छोरालाई अस्पताल लगेर ल्याएको हो ?” अनुराधाले अनुलाई फोनमा भनिन् । आमाको सोधाइमा अनु केही बोलिनन् । अनुराधाले भनिन् “किन केही नबोलेकी नानी ? के भयो ?”

अनुले खुइय्य सुस्केरा हाल्दै भनिन्, “कहाँ हस्पिटल लगेर ल्याउन पाइयो र ? बाबुलाई त हस्पिटलमा भर्ना नै लिइदियो । धेरै गाह्रो भएको छ उसलाई ।”

छोरीको कुराले अनुराधाको गला अवरुद्ध भयो । उनी एकछिन केही बोल्न सकिनन् । बल्लतल्ल आफूलाई सम्हाल्दै भनिन् “अनि सञ्चो नभएपछि बेलैमा हस्पिटल लानु पर्दैन त ?”

अनुले लाचारीका साथ भनिन्, “के गर्नु आमा, हस्पिटल लानको लागि पैसा नभएर धेरैसँग हात पसारेँ तर कसैले सहयोग गरेनन् । बल्लतल्ल घरका भएजति खसी बाख्रा बेचेर पैसाको जोरजाम गरेपछि हस्पिटल ल्याएको ।” “अनि कस्तो छ बाबुलाई ? रोगको पहिचान भयो ?”

अनुराधाको प्रश्नको उत्तर दिँदै अनुले भनिन्, “रोगको पहिचान रिपोर्ट आएपछि मात्रै होला तर आफन्त जति सबैको पहिचान चाहिँ यो दुःखको घडीमा राम्रैसँग भयो आमा ।”

निबन्ध

विश्वव्यापी बन्दै साइनो कविता

✍ डा. छायादत्त न्यौपाने 'बगर'

म सुन्दर सृष्टि सजाउन सिपालु मान्छे हुँ । मैले ढुङ्गेयुग छिचोल्दै सृष्टि सौन्दर्य पुस्तान्तरण गरिहेको छु । म मान्छे हुँ अर्को शब्दमा भन्ने हो भने म दुई खुट्टे प्राणीका रूपमा प्रसिद्ध छु । यी दुवै खुट्टाले उभिएर हिँड्न र आफै अग्लिन जानेको छु मैले । शिरले छामेर खुट्टाले हिँड्ने उस्तै उस्तै स्वरूपका धेरै मान्छेको भिडमा म एक जना । म, मैजस्ता धेरैको साथी हुँ । अझ भनौँ मेरा नजिक आउने सबैको मित्र । आए जति सबैलाई उकाल्छु । उकालिरहन्छु । ती कैयौँपटक, कैयौँ तलासम्म उक्ले, उक्लिरहेछन् धेरै ! अभ्यास जारी छ तर म भुइँको भुइँमै छु ।

म हिजो यस्तै दुई खुट्टे थिएँ, आज छु भोलि पनि यस्तै रहन्छु । म बालक, युवा, वृद्ध सबै, सबैको सहयोगी हुने रहर पालेको दुई खुट्टे । यसैमा गर्व छ मलाई । म हरेक प्राणीसँग मित्रवत् जोडिएर साइनो लाउँछु । निरन्तर साइनो लगाउछु र उस्तै साइनोसित उहीँ गतिमा काँध थाप्दै आएको छु । हो, आरम्भमा निर्धक्क काँध चढ्छन् मित्रहरू । आवश्यक दृश्य देखेपछि विस्तारै सर्कने आफै रमाउने गर्छन् । यो मान्छेको प्रकृति हो कि केही सीमित स्वार्थी प्रवृत्ति ? बुझ्न भने सजिलो छैन, समय लाग्ने रहेछ । उस्तै हिजोजस्तै म सबैको उपयोगी दुई खुट्टे । साथीहरूको आवश्यकता र सहजताका लागि कहीँ कतै तीन/चार खुट्टे पनि भइदिन्छु । साथीहरूसँग साङ्लिन पाउँदाको स्वाद सुखद लाग्छ तर बिडम्बना पानीमा तेलझैं तर-तर भइदिनेहरूको भिडले करङ भाँचिदेका घटना पनि स्मरणले तानिरहेर भित्र कतै बेस्सरी दुखाउँछ !

यौवनारम्भमा लाएको साइनोले साँच्चै रसानुभूति गराउँछ । आहा साथीहरू ! रमाइलो लाग्छ । शिर थिचिएको पत्तै पाउँदिनँ । साइनोले तान्यो भनेर तेर्साएका करङहरू मरक मरक गर्दा पनि मसाज भयो भन्ठान्छु । माथि उक्लेपछि गजक्क पर्ने साथीहरूको वैयक्तिक लाभको चातुर्यले के गऱ्यो के खोज्यो ? भेउ पाउँदिनँ । विश्वासको डोरीले कसक्क कसेको हुन्छ मेरो चेत । हुँदा हुँदा यति कसिने रहेछ कि सासै रोकिने ! अनि पो अलिकति चेत चलमलाउन बल गर्छ तर ढिलो भइसकेको

हुन्छ धेरै ढिला ।

आफू खुसिएपछि मित्रहरूले लत्याएर पर पुऱ्याएको स्मरण गजबको छ। थाहा पाउँदा पो ए म त प्रयोग भएको रहेछु मात्र प्रयोग ! अन्तर्य खुल्छ तर यतिखेरसम्म मित्रहरू धेरै पर पुगिसकेका हुन्छन् । म दुई खुट्टे भऱ्याङ आफ्नै स्वरूपतिर फर्केर तेर्साएका करङ गनिरहन व्यस्त हुन्छु ।

सृष्टिको पोयो लिएर सभ्यताको खोलभित्र रमेको सृष्टि सौन्दर्य समूहमा फक्रन्छ । सृष्टिले दिएका गतिविधि सञ्चालन हुन् । यी विवाह, परिवार र समाज । समाजको सदस्य सामूहिक कर्तव्यबोध गर्छ र समूहकै कल्याणकारी भूमिकामा अगाडि पर्न रूचाउँछ । यो अगाडि पर्ने दाउले मानवीय संवेदना विपरीत व्यक्तिगत महत्वाकाङ्क्षा जन्माउँछ र साइनो सूत्रले पारेको पोयो फुकाएर मान्छे रमाउन थाल्छ । पोयो फुकेपछि समस्या निम्तिन्छ, दुर्घटना बढ्छ ।

साइनो लाउनु प्राणीको मात्र होइन, प्रकृतिको पनि अनिवार्य सर्त हो । आगो बल्न, ढुङ्गा चिल्लिन, बिउ उम्रन, सृष्टिले गति थप्न, समाज चल्न जोडी चाहिन्छ। यी विविध गतिविधिका लागि जोडिनु, गाँसिनु वा गाँस्नु नै साइनो हो, आपसमा सम्बन्ध जोडिनु साइनो लाउनु हो, नाता गाँसिनु साइनोको अनिवार्य सर्त हो । साइनो सम्बन्धले प्रकृति र जीवनको अर्थ खुलाउँछ। यसमै अर्थिने हो सम्बन्ध पनि।

सम्बन्ध गाँस्ने भनेर अचेल हतारिएको छ मान्छे। ऊ स्वघोषित विजयी माला लाउने ध्याउन्नमा छ । बोलाइ र गराइको तालमेल भत्काएर आत्मश्लाघा गाउँदै आफू सुखी हुने रहर पूरा गर्ने दाउ छ उसको। हिजोको प्रतिबद्धता अलिकति पनि लाज नमानी लत्याइरहेछ र 'म बहादुर हुँ भनी घोषणा गरिरहेछ स्वयं ।

विगतका बेथिति उस्तै गरी बोकिरहेर पनि परिवर्तन भएको शङ्ख फुकेर समाज फेरेको भ्रम छरिरहेछ । नयाँ गोरेटा खोज्नु, नवीन सिप पछ्याउनु मान्छेको स्वभाव हो। व्यक्तिले नयाँ चरण भेटाउँदा समूहमा गति आउँछ। सामूहिक गति शक्तिशाली हुन्छ । त्यही गतिको साइनोले जोडेपछि इतिहास निर्माण गरेर जीवन सार्थक बनेको अनुभूत गर्न पाइन्छ।

स्वच्छ मनको साथ, सहयोग र सद्भावले साइनो जुराउँछ। उचित साइत जुरेर साइनो गाँसिए देश बनाउने काम सजिलो हुन्छ। स्वार्थका चोक्टाले मन डसे साइनो कुच्चिन्छ, सद्भाव टुट्छ । छिरलिएको शक्तिले व्यक्ति स्वार्थ पूरा गर्छ भन्ने निम्छरो चिन्तन हाबी हुँदा देश त घाइते नै हुन्छ व्यक्ति स्वयं पनि च्यातिन्छ । सिनोमा गिद्ध रमेझैं इतिहासको ब्याजमै पुरूषार्थ देख्छ लोभ । यस्तो प्रवृत्ति पूर्वजलाई लज्जित

पार्ने कपूतहरू बोक्छन् । कलुषित मन बोकेर देश बनाउने कुरा बिखभरि घैंटाको मुख दुधले छोपेजस्तै हो। जनतालाई माछा छोप्न नदिने-नसिकाउने खान पल्काएर आश्रित तुल्याउनुमै व्यस्त रहने मान्छेबाट असल कर्म हुने कुरा पत्याउनु भनेको कुकुरलाई मासु पैँचो दिएर निदाउनु हो । अहिले यस्तै भइरहेको छ। मान्छेमा निर्मल मनले साङ्लिएर सुखद परिणाममुखी कर्म गर्ने सोच,यत्न र योजनाले महत्व पाएको छैन।

नेपाली जनताले खानेपानी धाराको टुटी मैले खोले पानी आउँछ अरूले खोले बतास ! भन्ने दुराग्रही बोलबालाले न देश बन्छ न जनताले तिर्खा मेट्ने विकल्प पाउँछन्। यतिखेर हाम्रो देश यस्तै कर्महीन चरित्र र कर्तव्यविमुख अहम्वादी आग्लोमा अल्झेको छ। कसले बढी गतिरोध गर्ने ? हैकमको बालुवा पेलाइमा परेको छ सिङ्गो मुलुक । गजब छ, गजब ! एउटै सिरान गरे गोडा ठोकिन्छ, यति पनि नबुझेका कारिन्दा अलिकति पनि लाज नमानी उच्च इतिहास रच्ने सपना बाँड्छन् ! यी निजी सेवासुविधामा घाँटी जोड्नेहरू भागबिलो तलमाथि पार्न आँटे भा-बनाको एकताको साइनो थिलथिल्याएर पानी बाराबार गरी कसले बढी जग हँसाउने ? दरिद्र प्रतिस्पर्धा गरिरहेछन् मित्रहरू।

आहा ! कस्तो रमाइलो छ देश बनाउँछौ, जनतालाई खान र उपचार नपाएर बिचल्ली पार्दैनौं भनी बाचा गर्नेहरूको वाक्कलाले साइनो लाएकै हो ! यस्तै हो महामारीको बेला निमुखा जनताको नाममा राहत मागेर आफै मोटाउने ? के यै स्वभावले हो साइनोलाई विवेकी बनाएर आत्मचिह्न सुरक्षित गर्ने ? साइनो फराकिलो छ यसले हृदय जोड्छ । प्राणीहरू बिच सद्भाव बिउँझाउने सामर्थ्य राख्छ यसले। सृष्टिका अङ्ग-अङ्गसित साङ्लिनु यसको मर्म हो। साइनो र यसको शाब्दिक अर्थ खोज्न इतिहासतिर फर्कने हो भने राष्ट्र, समाज र मानवीय संवेदना सम्प्रेषण गर्ने उद्देश्यले साइनोले सम्बन्ध विस्तार गरेको पाइन्छ । नातो लाउने परम्परा बसेको देखिन्छ। अन्तर हृदयको सूक्ष्म ध्वनिसँग सहमत भएर साङ्लिने साइनोको व्यवहृत रूप हो यसले जोड्ने नाता।

साइनो समस्त मान्छेलाई एकै सूत्रमा आबद्ध गर्ने साहित्यिक अभिव्यक्ति हो । नेपाली भाषाको शब्द साइनोको सिर्जनात्मक सिप र गतिले विश्वभरिका स्रष्टामार्फत् मान्छेलाई सहिष्णु बन्ने बनाउने ध्येयले अघि बढेको छ । साइनो भाषिक अभिव्यक्ति हो जसले जोसँग जसरी जोडे पनि हुन्छ । यसको मर्म भनेको प्रत्येक मान्छे अन्तरहृदयको सहमतिमा जोडिइने सम्बन्ध हो । यसले जातीय विभेद र वर्गीय असन्तुलन निर्मूल पारी समदृष्टिले राष्ट्रिय अवसरमा सहभागी

हुन उत्साहित गर्छ । सन्तान सुख मान्छेको चाह हो । यही सृष्टिको निरन्तरता पनि । सृष्टि सूत्र अभिभावक र सन्तानको सेतु साइनो सर्जिना हो । साइनोको सन्तुलन सृष्टि सौन्दर्य हो । यसैमा मानवता मुस्कुराउँछ ! सृष्टिको बेग्लै र विशेष प्राणी मान्छे असन्तोषी जात हो । सन्तोषी साइनोले आफूलाई सुकिलो देखाउन बल गर्छ, गरिरहन्छ ! यसर्थ मान्छे साइनोसित साङ्लिन्छ । साइनोले सबैसँग सुमधुर सम्बन्ध बनाइरहन चाहन्छ ।

एक सिक्काका दुई पाटा, असन्तोषी भएकैले आज मान्छे भौतिक सम्पन्न बनेको हो । असन्तोषकै उपज काटमार, हत्याहिंसा, भ्रष्टाचार, कमिसन आदि बढेको पनि । यस्तो विद्रुपी मै-मत्त चरित्र निर्माण असन्तोषकै देन हो ! जति ठुलो भौतिक सम्पन्न देखिए पनि मान्छे भित्रको मान्छे आहत छ, छटपटिएको छ, असन्तुष्ट छ, त्रसित छ, आजको विश्वबजारमा देखिएको यथार्थ यस्तै छ ।

यो साइनो जोड्ने जोडिने विषय मान्छेले गर्ने कर्मको सिलसिला हो, यही पत्याउँछ मान्छे आफैले र जे हुँदैन भन्छ, त्यही गर्छ, गर्दै जान्छ । मन हो मान्छेको । मन गतिशील हुन्छ । मन र बुद्धिको सन्तुलनले मान्छेलाई विशेष बनाउँछ । विशेष मान्छे विवेकले चल्छ । विवेक मान्छेको गहना हो । मान्छे-मान्छेको मिलन विन्दु विवेक नै हो । विवेकले नैतिक हार लाउँदा मान्छे भद्र, शालीन र आत्मीय कहलिन्छ । यसैमा संवेदना सङ्लिन सक्छ ।

बुद्धि उछिनेर हिँड्छ मन । मनको गति तीव्र हुन्छ । मनलाई बुद्धिले सुथरी लाउँछ । मन सुथरी समातेर हिँडेसम्म मान्छे, मान्छे रहन्छ । मनले सुथरी चुँडाल्यो भने मान्छे बिबिनिन्छ । परपर पुग्छ, छरिन्छ, उठाउन नमिल्ने गरी हिलोमा पिठो झैं पोखिन्छ । पोखिएपछि मान्छे अरू प्राणीले जस्तै आफ्नो कुरामात्र गर्छ । अरू प्राणीको हितविपरीत चलखेल गर्छ यसैमा रमाउँछ । यस्तो मन भएपछि मान्छे समाज, राष्ट्र र मानवता जस्ता सद्गुण चिन्दैन । यसले संस्कार, सभ्यता र संस्कृति छाड्छ । सहिष्णु विधि-व्यवहार घाइते पारेर एकोहोरिन्छ विलासमा ।

बुद्धिको निर्देशन र मनको गतिमा सन्तुलन राख्न नसके मान्छेको चरित्र फेरिन्छ र अमान्छे बन्छ । अमान्छेबाट सृष्टि सौन्दर्य नासिन्छ । सृष्टि सौन्दर्य नरहे मान्छे र प्रकृतिको साइनो सङ्कटमा पर्छ । यस्तो दुर्घटना हुन नदिने मन र बुद्धिको अटुट सन्तुलन साइनो हो । यो सन्तुलन अटुट राखेर साइनो भत्किन नदिनु मान्छेको दायित्व हो । जीवनमा आवश्यक रङरोगन गरी सजिएर झुक्याउन र धेरै झुक्किन भरमग्दुर प्रयत्न गर्छ मान्छेले । राम्रो देखिन साबुन पानीको विनाश गर्छ तर विडम्बना बेथिति र विकृति लतपतिएको चरित्रले

आफू मात्र होइन मृत पूर्वजको समेत अनुहारमा कालो पोतिदिन्छ र झन् विद्रुप बनाउँछ । मान्छे विद्रुपीकरण हुँदा बहादुर बनेको गौरव गर्छ । यो कमजोरलाई जितेर बहादुर बन्ने लाछी चरित्रमा खुब रमाउँछ ऊ । यसरी दुर्गन्धित हुने शैलीलाई निमिट्यान्न पार्ने शक्ति प्राणी-प्राणीबिचको साइनो हो भन्ने मर्मै बिर्सिदिन्छ मान्छे । आत्मीय साइनोमा अनन्त शक्ति हुन्छ । यही शक्तिले हो सृष्टि सौन्दर्यलाई जीवन्त राखेर प्रकृतिमा रमाउन छाडिदिने मान्छेलाई ! मानवीय साइनोमा साङ्लिएर रमाउने गतिशील विचारबाट प्रेरित जीवन बाँच्ने दाउपेचमा छ मान्छे । चुनौतीहरू जितेर पौरखी जीवन जिउने हो उसको लक्ष्य । उँचो शिरको जतन गरिरहनुपर्छ । सन्ततिले भन्ने पूर्वज चाह छ ।

आधुनिक रसायनको सशक्त प्रभावमा छद्मरूपी मान्छे बढे । अर्गानिक खानेकुराको कमीले मस्तिष्कमा विकार भरिदिएको छ । विकृत मस्तिष्कले गर्ने चिन्तन विकृत हुने नै भो ! असल परिणामका लागि कुशल चिन्तनको संस्कार उधिनिएर संस्कृति मेटिँदै छ । मान्छे सडकमा पोखियो, पोखियो मात्रै, उठ्न उठाउन जानेन । नायक झोपडीको उज्यालो खोसेर बहादुर बनेको अभिनयमा रमाउँदै छ ? सही र जीवनोपयोगी कर्मतिर लागेन, लाग्न खोजेन र जानेन पनि ।

मान्छेको जीवन सामूहिक हो । यो समूहको बिचमा जन्मन्छ, समूहले हुर्काउँछ, समूहले उठाउँछ तर विडम्बना समूहका लागि बाँच्नु पर्ने मान्छे निजी स्वार्थमा भासिन्छ, लतपतिन्छ, फोहोरिन्छ, यस्तै खेलमा एक्लै रमाउँछ र आफैलाई सुमसुम्याउने समूहलाई घात गर्छ ।

अचेल मै हुँ जान्ने/सुन्ने भन्ने मान्छे अगस्ति शैलीले तरमार्न पल्केको छ । यसको वर्चस्वपछि यस्तो दुर्घटना घट्छ, कि मान्छे आफै दुर्घटित भएपछि मानवीय संवेदना बिर्सन लाज मान्दैन । अर्काको काँध चढेर अग्लिने निम्छरो सोच पालेर पदीय कर्तव्यच्युत भइदिन्छ । यस्तै बेथिति वाहक बन्ने कस्तो विवेक हो यो ? यी र यस्तै प्रश्नहरूको चाङ छ मान्छेमाझ । मान्छे विवेकी प्राणी हुँ भनेर तुजुक देखाउन जान्दछ । आफैले गरेको वाचा चटक्कै छाडेर व्यक्ति सुखमा खुम्चिन्छ । खुम्चिने चिन्तनतिर आकर्षित भएपछि सामाजिक दायित्वको उछितो काढिन्छ । यस प्रवृत्तिले निमुखा पिट्नेबाहेक अरू काम गरेन ।

साइनो लाउने जिन्दगी रमाइलो हुन्छ, जिउन जाने सजिलो पनि । सबै सँगसँगै रमाई रमाई खेल्दै खाँदै समताको पिङ मच्चिन सकिन्छ । हो, जिन्दगी रमाइलो छ सजिलै जिउन सकिन्छ । समाजको काइदा-कानूनको कदर गरी व्यवहारले नैतिक मूल्यको जतन गर्ने जिन्दगी रमाइलो

हुन्छ र सजिलो पनि । यसरी साइनो लाएको जिन्दगीको वरिपरि असजिलो आउनै सक्दैन ।

मान्छे आफै समाज बिथोल्छ, स्वार्थमा खुम्चिन्छ, अनैतिक आचरण गर्छ, ठगेर रमाउँछ, छलेर खान पल्कन्छ । जनविरोधी बन्दै जान्छ अनि जिन्दगी भड्खालोमा पर्छ, असजिलो सुरू हुन्छ । अरिङ्गालको गोलो नछोएसम्म सुरक्षित भइएझैं अनुशासन नमिचे जिन्दगी सजिलो हुन्छ तर जब सत्ताशक्तिको उन्माद उम्लेर दुरूपयोग हुन थाल्छ जिन्दगीमा सन्त्रास छाउँछ । अगाडि पछाडि सुरक्षा घेरा आवश्यक पर्छ । जनतासँग डर लाग्छ, अति डर ! सरल, सरस, इमानदार जिन्दगी सधैं सुरक्षित हुन्छ । यसले सुरक्षाकर्मीको सहारामा बाँच्नु पर्दैन । मानवीय संवेदनासँग साङ्लिएर आत्मीय बन्न कन्जुस्याइँ नगर्ने जिन्दगी रमाइलो हुन्छ । कसैलाई होचीअर्घेली नगर्ने जिन्दगीमा खतराको घन्टी बज्दै बज्दैन ।

समस्या त्यहाँ जन्मन्छ जहाँ एक्लै हाँस्ने स्वार्थ बस्छ । सधैं सबै सँगै खुसी हुने वातावरण बनाउने जिन्दगी सुखी रहन्छ, सजिलोसँग रमाइलो गरेर आनन्ददायी हुन्छ। महल र झोपडी बिचको खाडल पुरिएर व्यवहारले जबर्जस्ती तानिरहेको असमान शैलीको विभेद निर्मूल पार्ने जिन्दगी शालीन हुन्छ, सौम्य बन्छ, डर त्रास रहँदैन । यस्तो समभावले सहृदयी साइनो लाउने जिन्दगी बिउँझन सक्छ । बिउँझेको जिन्दगी मुस्कुराउँछ, मुस्कुराएको जिन्दगी उजेलिन्छ, रमाइलो हुन्छ, सुखी हुन्छ । हो, सुकिलो मन, फराकिलो मस्तिष्क, वैज्ञानिक विचारले निर्देशित जिन्दगी ! जिन्दगीजस्तै फुल्न-फक्रन पाउँछ । फुल्ने फक्रने जिन्दगी सुखी, सुरक्षित र सजिलो हुन्छ । सजिलो जिन्दगीमा निर्बाध सबै अटाइन्छ । सधैं सबै अटाइने जिन्दगी सुरक्षित हुन्छ । सँगै उज्यालो ताप्न पाइन्छ ।

मैले सामाजिक न्यायका कुरा धेरै गरेको छु, अझै पनि गरिरहने दाउ छ । जति जोते पनि के भो र ? कुरा न हो, काम हैन । सोझोपन खेलाएर स्वार्थ सिद्ध गरी गरी, रमाइएकै छु । पछि थेचारिनु परे पर्ला ! खोलो तरेपछि लौरो बिर्से त के फरक पर्छ ? वरिपरि दर्यैरा छँदै छन् । अचेल त मियो भाँच्नेहरूकै हैकम चल्छ, चलाउँछु मज्जाले चलाएर मोटाउँछु म पनि ! जिउमा कहींकतै हाड नदेखिने गरी मोटाउँछु । मलाई मोटाउने विधि थाहा छ नि ! मोटाउने भनेको पैसाले हो । हेरौं त लागु पदार्थ व्यापारीसँग कति धेरै पैसा छ ! बँधुवा साँढेले बाच्छाबाच्छी लखेट्छ । जुदाहा राँगाले जोडी सिद्धयाएर विश्राम गर्छ । हेरौं न कस्तो अनौठो छ है प्रकृति ! यी सबै काम हाकाहाकी हुन्छन् । म त झन् बाठो मान्छे ! समजोडी हुत्याएर ठुलो भाग

नखाई अघाउने कुरै हुँदैन। म हुन्छ बहादुर को मुठीभित्र खुम्चिएर रमाउने किर्नोसरि फुल्नुमै सफलता देख्छु ! फेरि शरणमा आएकालाई मरण पनि गर्दिनँ । नीति, अनुशासन र विवेकको म आफू अनुकूल परिभााषा गर्ने सर्वज्ञमान पो हुँ त कहाँ चानचुने चतुर्मानको कुराले छुन्छ !

यिनै महत् विचार र व्यवहारको जीवन शैलीले खेल खेलैं/चलेको छु। मैले लाउने साइनो यस्तै हुन्छ । यसैका लागि लाउँछु साइनो । साइनोमै जुट्ने/फुट्ने अवसर चिन्छु, मोटाउँछु ! म मोटाउँदा अरू को-को ख्याउटिए, कति ख्याउटिए र ख्याउटिन्छन् ? मेरो चासोको विषय भएन । झोपडीमा आगो बल्यो बलेन र सडक छेउमा आकाश ओडेका मान्छे हाँसे कि मरे ? मैले टाउको दुखाउने गल्ती गर्दिनँ । स्वाधीन मुलुकका स्वाभिमानी नेपाली परिचय मास्नेबाट सतर्क रहन पर्दैन मैले । म अरूको मुख नताकी बस्नुहुँदैन । हो तपाईं भन्नुहुन्छ 'पराई हस्तक्षेप उधिनेर शिर उठाउने हामी आफैले हो, बिलम्ब गर्नुहुँदैन। साइनो लाएर सामूहिक अस्तित्व उचालेर रमाउनुपर्छ।'

खै छोड्नुहोस्, म हतारमा छु ! मान्छे भेट्नुछ । कति भो कति ? कतै अलमल भएको होला ! आउला नि भन्दै दिन गन्दै पर्खंदै गर्दा दिन हप्ता पक्ष महिना वर्ष दशक शतकहरू बिते । कुनै पत्तो छैन ! आज त मठ-मन्दिर, गुम्बा, मस्जिद, चर्चहरू गुहारेर भए पनि नभेटी भाछैन। दायाँबायाँ वास्तै नगरी दौडिने गरेको पनि वर्षौं भएछ । वरिपरि हुने सँगसँगै खेल्ने खाने डुल्ने साथीहरू पनि नदेख्ने रोगले चापेर हो कि कुन्नि ! आफू एक्लै एक्लै हुँ मान्छे अरू त खै ! के हुन् के ! सबैतिर आफै आफै ! हैन बेलाबखत आँखाको उपचार गरिरहेकै छु तर पनि आफूबाहेक कसैलाई नदेख्ने भइएछ कस्तो अचम्मभा के अचेल !

हिजोअस्ति धेरै धेरै साथीहरू थिए। मन खोलेर बहस गरिन्थ्यो। आँखा स्वस्थ थिए, प्रस्ट देखेकै हो । चुनावका कुरा हुँदा आँखा ठिकै थिए । चुनावी परिणाम पछि खै के भा हो ? वरिपरि आफू, आफू मात्र घुमिरहने ! सज्जन मान्छे चिन्न/चिनिन मुस्किल हुनेरहेछ । सबै प्राणीसँग साइनो जोड्न खप्पिस मान्छे आफूलाई उत्तम भएको स्वघोषणा गरेर नथाक्नेरहेछ। मान्छेको रङ, रूप, चालचलन नजिक नजिकै, साइनो लाएर साख्खै हुने तर सज्जनता पर...परै रहने आकलझुकल बल्ल बल्ल भेटिनेरहेछ।

प्राणी जगत्मा हजारौं वर्षदेखि सज्जन कहलिएको भए पनि मान्छे आजसम्म अधुरो अपुरो अनावश्यक मोहमा अल्झिरहेको छ । अरूलाई होच्याएर आफू अग्लिने दाउपेचमा फोहोरिई आफ्नै

जिन्दगी स्वाहा पारिरहेछ । जीवन निजी सुखमा फोहोरिएर होइन समग्रमा सहज तरिकाले साइनो लाएर प्राणीमात्रको सुखका लागि समर्पित हुने आदर्श बोल्छ, बोलिरहन्छ तर व्यवहार शकुनि शैलीमा गर्ने गरिरहनेरहेछ । कस्तो धूर्त मोरो मान्छे बाठो भएर नपुगेको ? धूर्तै हुनुपर्ने उसलाई ! सृष्टिकै शिरोमणि हुँ भनेर हुङ्कार दिने प्राणी मान्छे परिस्थिति अनुसार खुम्चिन जान्नेरहेछ । यति खुम्चिन सिपालु रहेछ कि सिङ्गै मानवीय कल्याणको आदर्श फलाकेर सुरू गरेको खुम्चिने अभ्यास समाज, परिवार हुँदै रडरूप फेरी फेरी आफैमा सीमित हुन भ्याउने लाजै नमान्नेरहेछ ।

कस्तो अचम्म ! यति धेरै चेतनाको चोइलो बोकी हिँडेर सृष्टिकै सुन्दर हुँ भन्ने मान्छे अन्त्यमा आफैमा खुम्चिएको कुटुने कुम्लोमा पोको परेर प्राणी जगतसँगको साइनो आत्मीय नबनाई जीवनको अर्थ नभेटी अस्ताउनेरहेछ ? फेरि उहीँ पञ्चतत्वमा हराउनेरहेछ ! धर्ती एकनास छ । आयाम उत्ति छ । कतै कतै उत्पादन विधि थपिएको छ धेरैतिर पुरानै छ तर जनसंख्या अनन्त छ, अविच्छिन्न बढेको बढ्यै छ । सचेत छु भन्ने मान्छेको हस्तक्षेप सहन नसकेर प्रकृति विनासतिर उन्मुख भइरहेको छ । वनसम्पदा सङ्कटमा छ । प्राकृतिक खलबलले सुन्दर सृष्टिका प्राणी अप्ठ्यारोमा परेका छन् । यो विपत्ति बुझेर सतर्क हुन जानेको प्राणी मान्छे स्वार्थमा परेर प्रकृतिजन्य सृष्टि सौन्दर्य चटक्कै बिर्सेको छ ।

मान्छेलाई थाहा छ सृष्टि सौन्दर्य मान्छेको पेवा होइन, सबै प्राणीको साझा सन्तुलित जीवन सौन्दर्य हो । यसको संरक्षणमा सौन्दर्य बाँच्ने हो । प्रकृतिजन्य सृष्टि र प्राणीको सन्तुलित उपस्थिति नरहे मान्छेमात्रले सृष्टि सौन्दर्य रहँदैन । चेतना थपीथपी सक्षम बनाएर सन्तुलन जोगाइराख्न दिएको जिम्मेवारी मान्छेले दोबाटोमा अलपत्र छाडिदियो । कस्तो मोरो रहेछ मान्छे पनि जिम्मेवारी लिने पूरा नगर्ने ?

प्राकृतिक, ऐतिहासिक सांस्कृतिक सम्पदा डोऱ्याउने नेपाली भाषा सम्पन्न छ । यसको इतिहास लामो छ तर यसले सिर्जनात्मक गति प्राप्त गरेको समयावधि छोटो छ । हजार अठतीसको अभिलेखलाई आधार मानेर नेपाली भाषाको कुरा गर्ने हो भने यसको आयु हजार अठतीसकै भयो । यो अवधिमा नेपाली भाषा विश्वभरि पुगेको छ । यस भाषामा लाखौं कृति प्रकाशित भइसकेका छन् । साहित्यका विविध विधाको विकास भएको छ । यो धेरै नेपालीको मातृभाषा र सबै नेपालीको सम्पर्क भाषाको रूपमा प्रसिद्ध छ । यो नेपालको संवैधानिक तथा कामकाजी भाषा हो । यसलाई छिमेकी देश भारतमा पनि

संवैधानिक मान्यता प्राप्त छ । यसले संसारका धेरै भाषा र समाचार माध्यमसँग नाता जोडिसकेको छ, साइनो लाइसकेको छ।

पछिल्लो समय नेपाली भाषामा मौलिक शैलीको कविता साइनो प्रयोगमा आएको छ । यसले धेरै स्रष्टाको सुश्रुषा पाइरहेको छ। सात, आठ र नौ अक्षरका तीन पङ्क्तिमा रचिने साइनो कवितामा पनि बिम्ब, प्रतीक, अलङ्कार, अनुप्रास जस्ता कविताकै तत्वहरू हुन्छन् । साइनो नेपाली मौलिक भाषा संस्कृतिको परिचायक हो । यो हामी नेपालीको साझा सम्पदा हो । यसको विकास र संवर्धन गर्ने जिम्मेवारी पनि हाम्रो हो।

यसले व्यस्त पाठकलाई सूत्रमा साहित्यिक स्वाद चखाउँछ। यो छोटो तर आफैमा पूर्ण रचना हो। सङ्क्षिप्तमा गम्भीर अर्थ सम्प्रेषण गर्ने लोकप्रिय विधा बनेर साइनो थारू, संस्कृत, हिन्दी, अङ्ग्रेजी, मलेसियन भाषाहरूमा फैलिइसकेको छ । यो हजारौं स्रष्टा प्रिय भई दरिलो प्रस्तुतिका रूपमा पाठकप्रिय बनिसकेको छ।

हो, मान्छे मात्र सक्षम छ सृष्टिको नीति नियम अनुकूल पर्यावरणीय सन्तुलनमा सबै जीवको जीवन जोगाउन र आफ्नो महिमा उठाइरहन र यसका लागि अनिवार्य हुने सृष्टिका सुन्दर उपहार प्राणी, वनस्पति र तिनको सौन्दर्यसित रमाउन साइनो लाउने काम तीव्र गतिमा भइरहेको छ। यी सबैसँगको साइनो मित्रवत व्यवहार गर्ने/गराउने बलियो सूत्र हो । आपसमा सम्बन्धित भएर अस्तित्व स्वीकार गरी/गराई जीवन रक्षाका लागि साइनो महत्वपूर्ण कडी बन्न सक्छ।

साइनो सिर्जनात्मक कर्मले सृष्टिको सहअस्तित्वसित प्राणीका गतिविधि सञ्चालनमा सघाउँछ । यसले सिङ्गै प्राणीलाई जिउने समान अवसर र सम्मान दिन मान्छेलाई प्रेरित गर्नेछ । नेपाली भाषाले जन्माएको नयाँ शैलीको कविता हो साइनो। यो नेपाली मनमाटाको स्याहार पाएर सिर्जनात्मक विधाको गतिशील संरचना विश्वव्यापी प्रस्तुति बनेको छ।

साइनो सिर्जना सामाजिक सञ्जाल (फेसबुक)बाट २०७६ साउन १६ देखि सुरू भएको हो। सुरूमा एक जनाबाट सिर्जिएको साइनोले एक वर्षको नहुँदै हजारौं सर्जक पायो । आधा दर्जन जति पुस्तक/पत्रिका प्रकाशित भए।

आज पुग नपुग ६/७ बर्से साइनो नेपाली, थारू, संस्कृत, हिन्दी, अङ्ग्रेजी भाषाहरूमा फैलिसकेको छ। धेरै स्रष्टाले साइनो कविता लेखिरहेका छन् । समालोचकहरूको चासो सुरू भएको छ। साइनोकारहरू सामूहिक र निजी सङ्ग्रह प्रकाशनमा लागिपरेको खबर आइरहेको छ। यो साइनोप्रेमी तथा नेपाली वाङ्मयका लागि सुखद पक्ष हो। साइनो स्थापित स्रष्टाहरूको

प्रिय विधा त बनेकै छ सँगसँगै नयाँ स्रष्टाको प्रेरक पनि बनेको छ।

यसले धेरै जना नवस्रष्टा पनि जन्माइसकेको छ । यो नेपाली वाङ्मयको नवीन सम्पदाको रूपमा चर्चित भएको छ। साइनो सबै नेपालीको साझा स्याहार पाएर विश्व साहित्यिक बजारमा पुगिसकेको नवीन शिल्पशैलीको संरचना हो। साहित्यको यो नवीन प्रयोगले निकट भविष्यमा संसारका धेरै भाषाका सर्जक पाउनेछ । कति खोजेँ, खोजिरहेँ साइनो लाउन विवेक पनि परपर भागिराछ, आँखाले काम नगरेपछि नैतिकताले पनि बस्न मानेन, इमान त झन् कहाँ छ कहाँ ! ठाउँ ठेगान भएन । कसरी भेट्ने होला त खै मान्छे ? के भनौं ! कुन साइनोले बोलाऔं ‼ यसो भनेर साइनो कविताका सर्जक खोजिहिँड्नु पर्ने छैन । यो आफै लोकप्रिय भइसकेको छ । विवेक, इमान र नैतिकतासित साइनो लाउने कत्रो रहर छ ! तर खै कोसँग लाउने, कसरी लाउने ? कतै भेटिँदैन, मैले त साइनो चिन्नै सकिनँ, मेसो पाइनँ कि भेटिँनँ ? यस्तो अन्योलै अन्योलको स्थिति रहेन र रहने छैन।

सहृदयी सूक्ष्म ध्वनिको सहमतिले प्रकृति जगतको सान्निध्य प्राप्तिमा साइनो कविता मौलाएको छ । असल सोच भएका गतिशील पाइलाहरूको सहयात्री सूत्रले साइनोको सिर्जनात्मक सम्बन्ध कसिइसकेको छ। वैयक्तिक अहमूले नछेक्ने हो भने साइनो समदर्शी चेतनाको प्रस्फुटन बनेर अघि बढेको छ। यसको सिर्जनात्मक शक्ति सामाजिक र प्राकृतिक पर्यावरणीय सचेतना र वैज्ञानिक सांस्कृतिक व्यवहारको सन्तुलित सूचना सम्प्रेषण पनि हो।

साइनो नेपाली भूमिको अर्गानिक सिर्जनकर्म हो । यसको सूक्ष्मतामा साहित्यिक स्वाद र वैज्ञानिक संस्कृतिको अन्तरघुलन हुँदा जीवनले गति पाउँछ । खुरूखुरू उनिएको शब्दहारमा भने यस किसिमको साहित्यिक खुराक नभेटिन पनि सक्छ। कविताको लघुरूप साइनो पनि बिम्ब, प्रतीक, अलङ्कार, रस आदि अन्तर्वस्तुको मधुर मिलन हो । आरोही शैलीका क्रमशः सात, आठ र नौ अक्षरी तीन पङ्क्तिका २४ अक्षरी संरचनामा व्यक्त हुने यसको अर्थ गम्भीर हुन्छ । यसमा प्रयोग हुने व्यञ्जना शब्दशक्तिले मस्तिष्क हुँडलेर मनमा खुलदुली ल्याइदिन्छ । यसर्थ सिर्जनात्मक साइनो कविताको अन्तर्यले लहरो तानी पहरो हल्लाउने क्षमता राख्छ।

मेरा छिमेकी अलिक ठुलै मान्छे ! कहिलेकाहीँ कतै सँगै परियो भने ‘हामी छिमेकी’ भनेर परिचय दिन/लिन मुस्किल पर्ने उनलाई । मनोविज्ञानको विद्यार्थी भा नाताले म आफै यताउता सर्किदिने बानी बसाल्दै थिएँ । यो शैली

पटकपटक दोहोरिने सन्दर्भ हामी छिमेकी बिचको हो । एक दिन उनी यस्तै बाह्र चौध वर्षको छोरासँग कडीकडाइ शैलीमा 'हेर त ! ठुलाबाको छोराले कति राम्रोसँग पढेर पुरस्कार ल्यायो ! तेरो मामादाइ त्यस्तै राम्रो छ पढाइ लेखाइमा । मेरो साथीकी छोरी त झन् निबन्ध लेखन/कविता वाचनमा सधैं प्रथम हुन्छिन् रे ! तैँले त केही गर्न सकिनस्' यसरी उदाहरण दिई दिई सम्झाउँदै गरेका कुराले मेरा कान ठोके । म आकर्षित त्यतै । एक मनले अरूका कुरा नसुन भने पनि लोभी कानले टेरे पो ! छोराले कस्तो प्रतिक्रिया देला ? ममा त उल्टो खुलदुली थपियो । नभन्दै 'म कोहीभन्दा ठुलो हुन, कहलिन, देखिन र मानिन चाहन्नँ । ठिक यस्तै कोहीभन्दा सानो हुन, कहलिन, देखिन र मानिन पनि चाहन्नँ ।

म त हरेक दृष्टिकोणबाट हेर्नेले मलाई त्यस्तो देखून् जस्तो म छु । म पनि केही गर्छु बाबा ! प्रयत्नशील छु । मलाई अरू जस्तो होइन, मैजस्तो देखून् सबैले भन्ने चाहन्छु' भनेको सुनेँ । म छक्क परेँ दुक्क भएँ, मनमनै स्याबासी दिएँ । कानले लोभ गरेर ठिक भयो भन्ने लाग्यो । मैले केही समय अघिदेखि भन्दै 'केटाकेटी आफ्नो प्रतिभा, क्षमता,सफलता र रूचिको चर्चा सुन्न चाहन्छन् । अरू कसैसँग तुलना गरेको मन पराउँदैनन् । अझ राम्रोसँग भन्ने हो भने अरूको प्रशंसा गर्ने आफूलाई गाली गर्ने अभिभावक नै मन पराउँदैनन् । यस्तो कुरा सुनिरहनुपर्दा त झन् अटेरी र भनेको नसुन्ने हुन बेर हुँदैन !' भनेर मैले भन्दै आएको कथनले पुस्ट्याइँ पायो । छोराको प्रतिक्रिया सुनेपछि बाउले कतातिर मुन्टो घुमाए कुन्नि ! मैले उनको प्रत्युत्तरको प्रतीक्षा गरेँ तर केही सुनिनँ...! हो, साइनो अनुसार मानसम्मान सबैले पाउनु राम्रो हो । यो एक-अर्काले हेप्ने र हेपिइने संस्कार संस्कृति हुत्याएर पर मिल्काउनु नै बेस हुने रहेछ । नेपाली मन-माटाले सृष्टि गरेको मौलिक कविता हो ।

यसको आरम्भपछि अरू धेरै लघुरचनाहरू प्रयोगमा आए तथापि साइनो कविताले बेग्लै विशेषता दिएर नेपाली वाङमयलाई विश्वसाहित्यमा चिनाउन मद्दत गरेको छ । यो नेपाली, थारू, अवधि, संस्कृत, नेपाल, हिन्दी, अङ्ग्रेजी, मलेसियन आदि भाषामा रचिएर यी विविध भाषा-भाषी स्रष्टाहरूको प्रिय सिर्जना बनेको छ । साइनो कविता सिर्जना सबै नेपालीको साझा सम्पदाको रूपमा प्रसिद्ध छ । छ वर्षअघि सामाजिक सञ्जालबाट सुरू भएको साइनो कविताले वैयक्तिक, सामूहिक र विशेषाङ्क गरी २२ ओटा पुस्तकाकार कृतिहरू प्राप्त गरिसकेको छ । यस उपलब्धिले साइनो कविताको लोकप्रियता दिन प्रतिदिन विश्वव्यापी बन्दै गएको विषय पुष्टि गर्दछ । ♦♦♦

लघुकथा

एउटा कुरा

✍ **रन्जना पराजुली लम्साल**

उमेरले असी पुग्नै लागेका हरिप्रसादको एउटा बानी साच्चिकै आकर्षकको थियो । "एउटा कुरा" भन्ने वाक्यांशलाई बहुतै खेलाइ कुरा गर्न उनी खुब रूचाउँथे । उनका गफ सुन्नेहरू जब उनले "एउटा कुरा" भनेर शुरू गर्न मात्र के थाल्थे बढो चाख मानेर सुन्नेको काम बितेको थाहै हुन्थेन ।

दुई श्रीमती अघि लगाई छोराबुहारी, छोरीज्वाइँ र नातिनातिनाले घेरेर उमेर वयोवृद्धावस्थामा प्रवेश गरे तापनि उनको हँसिलो, रसिलो र फरासिलो स्वभावले उनलाई स्वस्थ र सुन्दर पुरूषका रूपमा उभ्याइसकेको थियो । उनका कुरा यस्तै हुन्थे "एउटा कुरा क्या त नि, मान्छेको उमेर पो बूढो हुने होत मन बूढो हुने होइन क्यारे ।"

जीवनभरि नै उनले एउटा कुरा भनीभनी धेरै कुरा सिध्याए । त्यसैले सबैले उनलाई एउटा कुरा बा भनेर चिन्थे र त्यही नामले बोलाउँथे पनि । हरिप्रसादको चर्चा यसरी वल्लो गाउँ पल्लो गाउँ सबैतिर चलेको थियो ।

दुईचार दिनदेखि बुढा अलि खिन्नीर्क भए । त्यति धेरै बोल्न पनि छाडे । पिँढीको डिलमा झोक्राएर बसेको देखिन थाले । सबैले आ-आफ्नै किसिमले चासो र चिन्ता देखाउँदै भेटघाट गर्ने क्रम बढाए । गाउँभरिकै जेष्ठ नागरिकलाई समाजले मर्यादा र सेवा पनि राम्ररी पुऱ्याए ।

एकदिनको कुरा, अकस्मात एकपछि अर्को गफ गर्दै हरिप्रसादको आँगनभरि धेरै महिला र पुरूष जम्मा भए । सबैले बुढा त सान्है पो भएकि भन्ने अडकल लगाए । कोही हरिप्रसादको नजिक बसे भने कोही आँगनको डिलतिर बसी गफ गर्न थाले ।

गफको सिलसिला र गफका पात्रहरू फेरिने क्रममा वृद्ध उमेरकै काजीबाको पालो आयो । हरिप्रसादको नजिकै गएर "हरिदाई, बाँचिरहे के-के देख्न पाइने । तपाईं पनि सयौं वर्षसम्म बाँच्नुपर्छ है । "हरिप्रसादले ओठसम्म मुस्कान ल्याएर काजीबालाई हेरिरहे ।

सबै कुरा बुझेका काजीबालाई हरिप्रसादको मुस्कानलाई बुझ्न कति बेर

लागेन र हत्तपत्त भने । "घनश्याम खत्रीकी कान्छी छोरी हेर्दाहेर्दै तरूनी भइसकिछे । अस्ति मात्र काजीबा कान्छिको लागि केटो खोज्नुपर्यो भन्दै थिए ।"

त्यही बेला घनश्याम खत्रीकी कान्छी छोरी एउटा पोको च्यापेर हरिप्रसादकै घरमा आइपुगी । कान्छीलाई हेर्दै काजीबा प्वाक्क बोलिहाले, "हरि प्रसाद दाई, भनेको थिए नि, बाँचिरहन पाए के-के देख्न पाइन्छ । अब तपाईं पनि सयौं वर्ष बाँच्नु पर्छ है भनेर । लु अब तपाईंको एउटा कुरा फेरि शुरू हुने भो ।" ♦♦

कविता

उद्यान मेरो

✍ **पदम दाहाल**

आरोग्य माटो पहरो छ न्यानो
डाँडा र काँडा छ पहाड छानो
होचो तराई प्रिय गर्व साथी !
नेपाल सग्लो छ सधैं ममाथि । ।१।

खोला नदी ताल तलैतला ती
खेल्छन् वनैमा मृग शावकै ती ।
डाँफे मुनालै मयुरै घुमेर
नाच्दा घना जङ्गल रम्य हेर । ।२।

बोलेर खोल्छन् चिरिरी चरीले
प्राणी जगत् मुग्ध सिबालिकाले
लाखौं थरीको पुतली छ ताँती
उल्लासको जीवन जीव भाँती । ।३।

ताराहरू साँझ खुसी नसाट्तै
प्यारा जुनी वास बसी नसक्तै ।
ओर्लिन्छ आकाशसँगै जुनेली
चिम्लिन्छ मान्छे निशिमा परेली । ।४।

सुस्ताउँछन् प्रेमिल प्राण प्राणी
निस्ताउदैनन् सुखपूर्ण मानी ।
पाइन्न यो कौतुक अन्य ठाउँ
उद्यान मेरो म बसी रमाऊँ । ।५।

फर्सीको विश्व कीर्तिमान र परिचय

✍ त्रिचन्द्र प्रतीक्षा

विश्वको सबैभन्दा ठुलो फर्सीको नयाँ विश्व रेकर्ड मिनिएसोटाका बागवानी शिक्षक ट्राभिस गेइन्गरले १ हजार २४७ किलोको फर्सीले बनाएको छ । उक्त फर्सीलाई गेइन्गरले दिनको १२ पटक पानी हालेर निकै स्याहार सुसार गरेर हुर्काएका थिए । फर्सीको बिउलाई हुर्काउन मात्रै उनले १५ हजार डलर खर्च गरेका थिए भने क्यालिफोर्नियाको हाफ मुन बेमा सन् २०२३ सेप्टेम्बरमा आयोजित ५०औं फर्सी प्रतियोगितामा प्रथम भएर ३० हजार डलर नगद पुरस्कार पनि पाए । अमेरिकाका उत्कृष्ट बास्केटबल खेलाडी माइकल जोर्डनको नामबाट नाम राखिएको यो फर्सी यसअघिको रेकर्डभन्दा २१.५ के.जी. ठुलो छ । गेइन्गरले किशोर बेलादेखि नै फर्सी खेती गर्दै आएका हुन् । उनले तीन पटक प्रतिस्पर्धा जितिसकेका छन् ।

सन् १९७४ मा रमाइलोको लागि सुरू गरिएको फर्सी प्रतियोगिता अहिले 'वर्ल्ड च्याम्पियनसिप पम्पकिन वे-अफ' बनेको छ । यो प्रतिस्पर्धामा सहभागी हुन विश्वभरबाट फर्सी आउने आयोजक बताउँछन् । यही फर्सीको बारेमा केही जानकारी लिइराखौ ।

लहरामा फल्ने गोला, च्याप्टा, लामो विभिन्न किसिमका फर्सीहरू नेपालमा जहाँतहीँ पाइन्छ । विभिन्न रङ्ग जस्तैः हरियो, सुन्तला, पहेंलो, सेतोमा समेत पाइन्छ । वर्षभरिनै सुरक्षित राख्न सकिने तरकारी समेत हो । विश्वभरि नै पाइने फर्सीको नाम ठाउँ अनुसार फरक फरक छन्, संस्कृतमा कुष्माण्ड, नेपालीमा फर्सी, हिन्दीमा कद्दू, फारसीमा बादरंग, अङ्ग्रेजीमा Pumpkin र ल्याटिनमा Cucurbita Masscima भनेर चिनिन्छ।

हरियो साना कलिला फर्सीहरू तरकारीको रूपमा खाइन्छ, पूरा पाकेको फर्सी हल्का उसिनेर वा त्यसै खाँदा पनि त्यसको प्राकृतिक गुलियोपन र सुगन्धले पनि आकर्षित नै गर्दछ। पाकेको या काँचो दुवै फर्सीको रस पिउन पनि सकिन्छ । आधुनिक पोषण विश्लेषण गर्दा फर्सीमा ९२.६ प्रतिशत पानी रहेको हुन्छ। प्रत्येक १०० ग्राम पाकेको फर्सीमा प्रोटिन १.४ प्रतिशत, कार्वोहाइड्रेट ४.६ प्रतिशत, खनिज

पदार्थ ०.६ प्रतिशत, रेशा ०.७ प्रतिशत, क्याल्सियम १० प्रतिशत, फास्फोरस ३० प्रतिशत साथै क्यालोरी २६ हुन्छ । यस बाहेक फर्सीमा भिटामिन 'ई' र 'सी' पनि पाइन्छ, जसले 'एन्टिअक्सिडेन्ट'का रूपमा हाम्रो शरीरमा काम गर्छ ।

फर्सीमा प्रशस्त मात्रामा 'बिटा क्यारोटिन' पाइन्छ, जसले शरीरभित्र 'भिटामिन ए' मा परिणत भई स्वस्थ आँखा र स्वस्थ मुटुका लागि मद्दत गर्छ । विभिन्न अनुसन्धानबाट बिटा क्यारोटिनले क्यान्सर हुनबाट जोगाउने पनि देखिएको छ । यस्तै शरीरका लागि अत्यावश्यक फाइटो न्युट्रिन्टसको प्रमुख प्राकृतिक स्रोतमध्ये एक हो । फर्सीमा प्रशस्त मात्रामा पाइने पोटासियमले मानव शरीरमा रक्तचापको सन्तुलन मिलाउन र हड्डीलाई मजबुत राख्न मद्दत गर्छ ।

आयुर्वेदिक मतअनुसार फर्सी हृदयरोगीका लागि अत्यन्त लाभप्रद छ । यो कोलेस्ट्रोल कम गर्ने चिसो पुऱ्याउने र मूत्रवर्धक मानिन्छ । फर्सी रगतमा चिनीको मात्रालाई नियन्त्रित गर्छ । यसले पैक्रियाज/अग्न्यासयलाई समेत सक्रिय गर्छ । यसैले आहार विशेषज्ञहरूले मधुमेहको रोगीलाई फर्सी खाने सल्लाह दिन्छन् । युनानी मतअनुसार फर्सीलाई पिसाब, दिसा सफा गर्ने र बवासिर एवं प्रमेहमा लाभदायक मानिन्छ । आधा पाकेको फर्सी कफलाई समाप्त गर्ने साथै पित्तनाशक छ । छालाका रोगीहरूको लागि पथ्य भोजनको रूपमा लिन सकिन्छ ।

यसैगरी बियाँमा पाइने 'अल्फा-लिनोलेनिक एसिड'ले हाम्रो मुटु स्वस्थ राख्न मद्दत गर्छ । अल्फा लिनोलेनिक एसिड हाम्रो शरीरभित्र गएर 'ओमेगा ३' र 'ओमेगा ६' जस्ता पोषक तत्वमा परिणत हुन्छ । जुन हाम्रो मुटु, आँखा र छालालाई स्वस्थ राख्न अत्यावश्यक छ ।'इन्डियन जर्नल अफ युरोलजी' मा प्रकाशित एक अध्ययनअनुसार, नियमित रूपमा बियाँ खानाले प्रोस्टेटको स्वास्थ्य बिग्रिन पाउँदैन । पुरूषमा प्रोस्टेट ग्रन्थीलाई बलियो पार्न र स्वस्थ हार्मोनको उत्पादन बढाउन यो खानु उपयुक्त मानिन्छ ।

युनाइटेड स्टेटस् डिपार्टमेन्ट अफ एग्रिकल्चरको पोषक चार्ट अनुसार, एक सय ग्राम फर्सीको बियाँमा २३.३३ ग्राम प्रोटिन हुन्छ । प्रोटिन हाम्रो शरीरमा मांसपेशी निर्माण र मर्मतका लागि आवश्यक हुन्छ । शरीरमा प्रोटिनको कमी भए खानपानमा फर्सीको बियाँ सामेल गर्नुपर्छ ।

फर्सी र यसको बियाँजस्तै फर्सीको मुन्टा पनि उतिकै पोषिलो खानेकुरा हो । फर्सीको मुन्टामा पनि क्याल्सियम, पोटासियम, फस्फोरस, आइरन, म्याग्नेसियम, भिटामिन ए, के, बि, फोलेट, कप्पर, म्यान्गानिज जस्ता तत्व

पाइन्छ । फर्सीको मुन्टामा प्रशस्त मात्रामा पाइने आइरनले रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता बढाउनुका साथै रक्तअल्पता हुनबाट जोगाउँछ ।

केही अध्ययनले पुष्टि गरे अनुसार, यसको सेवनले तनाव कम हुनुका साथै निद्रा राम्रो लाग्छ । यसमा पाइने एमिनो एसिड ट्रिप्टोफन हुने भएकाले शरीरमा सेरेटोनिनलाई परिवर्तन गरेर गहिरो निन्द्रा लाग्न सक्छ । हाम्रो देशमा हिमालदेखि तराईसम्म प्रायः धेरैले फर्सीलाई तरकारी र चटनीको रूपमा प्रयोग गर्ने गर्छन् । तर फर्सीलाई औषधिको रूपमा प्रयोग गऱ्यो भने त्योभन्दा बढी फाइदा लिन सकिन्छ ।

जे होस् फर्सी हाम्रो लोकप्रिय तरकारी हो । विश्वभरि उपयोग हुने कारणले नै अक्टोबर २६ का दिन 'पम्पकिन डे' पर्व समेत मनाइन्छ । ♦♦♦

कविता

अर्काको मान्छे

✍ **शशीश्री आचार्य**

किन होला आज ?
यो मुटुलाई पीडा पो ! भएछ
आँखाको नानीमा
राखेको माया अर्कैको रहेछ

सम्झेको थिएँ
उसैलाई नै आफ्नो
भ्रम पो ! भएछ
आँखाको नानीमा
राखेको माया अर्कैको रहेछ

सम्झना पनि किन ?
होला आज बिरानो भएछ
आँखाको नानीमा
राखेको माया अर्कैको रहेछ

सारा खुसी र चाहना मेरो
उसैको डोलीसँगै गएछ
आँखाको नानीमा
राखेको माया अर्कैको रहेछ
त्यसैले होला मुटुको व्यथा
बढेर गएछ आँखाको नानीमा
राखेको माया अर्कैको रहेछ

सँगैसँगै घुमीफेरि हिँडेको
पैदल मार्ग पनि बिरानो भएछ
आँखाको नानीमा
राखेको माया अर्कैको रहेछ

मेरो हात छोडी किन होला ऊ त !
अर्कैको भएछ
मेरा हरेक पग पनि आज
बिस्तारै बिस्तारै मृत्युमा सरेछ

आँखाको नानीमा
राखेको माया अर्कैको रहेछ

महिला, बालबालिका तथा जेष्ठ नागरिक विरुद्ध हुने अपराध न्यूनीकरणमा नेपाल प्रहरीको भूमिका

✍ प्र.स.नि.अम्बिका के.सी.

हिंसा रहित समाज निर्माणको उद्देश्यसहित ३३ औं लैङ्गिक हिंसा विरूद्धको १६ दिने अभियान यही मंसिर १० गतेबाट शुरु भई मंसिर २५ गते समाप्त भयो। विश्वभर चल्ने यो अभियान नेपालमा पनि 'हामी सबैको प्रतिबद्धता, लैंगिक हिंसा अन्त्यको लागि ऐक्यबद्धता' भन्ने राष्ट्रिय नाराका साथ सुरु भएको थियो।

लैङ्गिक हिंसा भनेको लिङ्गको आधारमा गरिने हिंसा हो। महिला विरुद्ध हुने लैङ्गिक हिंसा मानव अधिकारको उल्लङ्घन हो भन्ने कुरालाई जोड दिँदै प्रत्येक वर्ष नोभेम्बर २५ देखि डिसेम्बर १० सम्म तदानुसार मंसिर १० गतेदेखि मंसिर २५ गतेसम्म विश्वभरि नै लैङ्गिक हिंसा विरुद्धको १६ दिने अभियान मनाउने गरिन्छ। नेपालमा प्रत्येक वर्ष यस अभियानलाई सार्थक बनाउन सरकारी तथा गैरसरकारी संस्थाबाट विभिन्न कार्यक्रम गरी मनाउने प्रचलन रहेको छ। नेपाल प्रहरीले पनि यस अभियानप्रति ऐक्यबद्धताका लागि विभिन्न सन्देशमूलक कार्यक्रम सञ्चालन गरिरहेको छ।

महिला बालबालिका र जेष्ठ नागरिकलाई विश्व भरिनै संवेदनशील समूहको रुपमा लिने गरिन्छ। महिला, बालबालिका तथा जेष्ठ नागरिकहरूलाई जोखिममा पर्न सक्ने समूहको रूपमा लिई उनीहरूको हक-अधिकार, सुरक्षा र सम्मान सुनिश्चित गर्न नेपालले पनि विभिन्न अन्तर्राष्ट्रिय महासन्धिहरूमा हस्ताक्षर तथा अनुमोदन गरेपश्चात उनीहरूलाई राज्यले दिने हरेक सेवा सुविधामा संवेदनशीलताको साथै विशेष व्यवहार गर्नुपर्दछ। यिनै कुरालाई मध्यनजर गर्दै, लैङ्गिक हिंसाबाट पीडित र प्रभावित महिला, बालबालिका तथा जेष्ठ नागरिकहरूलाई उजुरी गर्ने सहज वातावरण प्रदान गरी न्यायमा सहज पहुँच सुनिश्चित गर्ने तथा लैङ्गिक हिंसा न्यूनीकरण गर्ने उद्देश्यका साथ नेपाल प्रहरी प्रधान कार्यालयमा अपराध अनुसन्धान विभाग अन्तर्गत महिला, बालबालिका तथा जेष्ठ नागरिक सेवा निर्देशनालय र मातहतमा महिला, बालबालिका तथा

जेष्ठ नागरिक सेवा केन्द्र स्थापना गरी सोहि अनुरूप निरन्तर रूपमा सेवा प्रवाह गर्दै आइरहेको छ। वि.सं.२०५२ सालमा ४ वटा जिल्लाहरू काठमाडौँ, ललितपुर, मोरङ र कास्कीलाई नमुनाको रूपमा लिई महिला सेलको स्थापना गरिएको थियो । वि.सं.२०६२ सालमा महिला सेलको नाम परिवर्तन गरी महिला तथा बालबालिका सेवा केन्द्र राखियो । वि.सं.२०६५ सालमा सेवा केन्द्रको स्तर वृद्धि गरी प्रहरी प्रधान कार्यालयमा अपराध अनुसन्धान विभाग मातहत रहने गरी महिला तथा बालबालिका सेवा निर्देशनालयको स्थापना भयो। २०७६/२/३० गतेको गृह मन्त्रालय (मन्त्रीस्तरीय) निणर्यअनुसार महिला तथा बालबालिका सेवा निर्देशनालयको नाम परिवर्तन गरी महिला, बालबालिका तथा जेष्ठ नागरिक सेवा निर्देशनालय र मातहत जिल्लामा महिला तथा बालबालिका सेवा केन्द्रको नाम महिला, बालबालिका तथा जेष्ठ नागरिक सेवा केन्द्र राखियो।

महिला बालबालिका तथा जेष्ठ नागरिक विरुद्ध हुने अपराधहरू दिन प्रतिदिन बढिरहेको अवस्थामा नेपालको मात्र समस्या नभई विश्वमा नै समस्याको रूपमा देखा परेको छ। यसले महिला तथा बालबालिका विरुद्ध हुने अपराधहरूको अनुसन्धान गर्नुका साथै पीडित महिला, बालबालिका तथा जेष्ठ नागरिकहरूलाई न्यायमा पहुँचको लागि सहज वातावरणको व्यवस्था समेत गर्ने गर्दछ।

लैंगिक हिंसा नियन्त्रणका लागि सेवा केन्द्रहरूको सुदृढीकरण, कार्यरत कर्मचारीहरूको क्षमता अभिवृद्धि लगायत अन्य कार्यहरूको लागि सरकारी तथा गैरसरकारी संघसंस्थाहरूसँग समन्वय गरी विभिन्न परियोजनाहरू मार्फत कार्यक्रमहरूसमेत सञ्चालन गरिएको छ। यसरी महिला बालबालिका तथा जेष्ठ नागरिकहरूको उच्चतम हितलाई ध्यानमा राखी निर्देशनालय तथा मातहत महिला, बालबालिका तथा जेष्ठ नागरिक सेवा केन्द्रहरूले पनि सोही बमोजिम सक्रिय रूपमा सेवा प्रदान गर्दै आइरहेका छन्।

नेपाल प्रहरी प्रधान कार्यालय, अपराध अनुसन्धान विभाग महिला बालबालिका तथा जेष्ठ नागरिक सेवा निर्देशनालयको तथ्याङ्क अनुसार आर्थिक वर्ष २०७९/८० मा २० हजार ९ सय १३ वटा महिला बालबालिका तथा जेष्ठ नागरिक विरूद्द अपराधका घटना दर्ता भएका थिए भने आर्थिक वर्ष २०८०/८१ मा २० हजार ९ सय ५४ वटा घटना दर्ता भए। त्यसैगरी चालु आर्थिक वर्षको कात्तिकसम्म महिला, बालबालिका तथा जेष्ठ नागरिक विरूद्द ७ हजार १ सय ८९ वटा हिंसाका घटनाहरू दर्ता भएका छन्।

निर्देशनालयले सेवा केन्द्रलाई

थप प्रभावकारी बनाउनका लागि केन्द्रीय तहको नीति निर्माण गर्ने, काम कारबाहीको अनुगमन गर्ने, आवश्यक निर्देशन दिने, सरोकारवाला निकायसँग समन्वय गर्ने, तालिम गोष्ठी सञ्चालन गर्ने, जानकारीमूलक सामग्री प्रकाशन र वितरण गर्ने, घटनाको अभिलेख अद्यावधिक राखी विश्लेषण र भावी रणनीति तयार गर्ने, आवश्यक जनशक्ति व्यवस्थापन गर्ने जस्ता कार्य गर्दै आएको छ।

न्यून जनशक्तिका बाबजुद पनि नेपाल प्रहरीले महिला, बालबालिका तथा जेष्ठ नागरिक विरुद्ध हुने हिंसा न्यूनीकरणको क्षेत्रमा महत्वपूर्ण सेवा प्रवाह गर्दै आएको छ।

जहाँ दुर्व्यवहार, हिंसा र अपराध छ, त्यहाँ प्रहरी तपाईंको साथमा छ भन्ने उद्धेश्य राखी महिला, बालबालिका तथा जेष्ठ नागरिक सेवा केन्द्रले पीडितमैत्री सेवा प्रदान गर्दै आएको छ। तपाईं माथि वा अरु कसै माथि हिंसा भयो वा भएको देख्नुभयो भने तुरुन्त नेपाल प्रहरीको हटलाइन नं. १०० मा खबर गरौं। हिंसा सहेर र हेरेर नबसौं, बेलैमा उजुरी गरौं। ♦

लघुकथा

परिणाम

✍ **मुरारीराज मिश्र**

"रोक ! ममाथि यस्तो प्रहार किन ?" ऊ पीडाले चिच्यायो। -हतियारधारी रोकिएन, प्रहार गर्दै रह्यो।

"किन यति क्रुर बन्दैछौ ! मैले के बिगारें र तिम्रो ?" ऊ सकिनसकि बोल्यो। -हतियार अझै छिटोछिटो चल्न थाल्यो।

"मलाई समाप्त गर्ने मूर्खता नगर। नभूल, तिम्रो जीवन मेरै सहायताबाट चल्दैछ।" उसले आर्त स्वरमा भन्यो। -विवेकहीन हतियारधारीको हात रोकिने कुनै छाँट देखिएन।

उसले अनेक कुराले सम्झाउने प्रयास गऱ्यो तर सिप केही लागेन। अन्ततः हतियारधारी विजयी भयो। ऊ सदाको लागि ढल्यो।

आफ्नो जितको खुसियालीमा सुस्ताएर थकाइ मार्दै गरेको हतियारधारी, अचानक छाती छाम्दै छट्पटाउन थाल्छ। उसलाई मृत्युको आभास हुन्छ।

क्रमशः चेतना हराउँदै गएका मनभित्र, उसले केही समयअघि सुनेको एउटा वाक्य गुन्जिन थाल्यो "हे मानव ! मलाई समाप्त नपार, म धर्तीको अन्तिम वृक्ष हुँ।"

सरकारी जागिर कि विदेश

✍ **प्र.स.नि.रबिन्द्र कलौनी**

'हो म पनि विदेश जान्छु तर कामदारको रूपमा हैन पर्यटकको रूपमा।'

वर्तमान समयमा एकदमै चर्चाको विषय सरकारी जागिर कि विदेश ? साथीभाइको भेटघाट होस् कि चाहैं त्यो चिया चर्चा होस्, चाहैं त्यो कुनै गाउँको चौतारीको गफ, सरकारी जागिर कि विदेश ? यो चर्चा आमनागरिकहरूमा मात्र नभएर सक्रिय जनशक्तिको रूपमा मानिने १८-५९ वर्ष उमेर समूहका युवायुवती माझ हुने चर्चा हो । आफन्तहरूको भेटघाटमा समेत छोरा के गर्दैछ, छोरी के गर्दैछ भन्ने प्रश्न पहिले आउने गर्दछ । अनि बिहानको चिया पिउदै पत्रिका हेर्दा पत्रिकाको हेडलाइनमा लेखिएको हुन्छ, सरकारी जागिरमा युवाहरूको आकर्षण घट्यो, न्यून आवेदन परेको रहेछ । अनि अर्को पाना पल्टाउदा विदेशमा काम गर्न जानका लागि दैनिक लगभग २,००० जनाले वर्क परमिट लिने र नविकरण गर्ने गरेका छन् । जति विदेश र पैसा भनेर कुदे पनि, जिन्दगीको सबैभन्दा रमाइलो क्षण र स्वर्गीय आन्नद भनेको त आफ्नो, घर, परिवार र साथीभाइसँग हुन्छ होइन र ?

नेपालमा पहिलो पटक २०८१ मंसिर १५ गतेबाट एन.पि.एल. सुरू भएसँगै क्रिकेटप्रति लोकप्रियता पनि बढ्दै गइरहेको छ । मिडियामा बोल्दै क्रिकेटर सोमपाल कामीले भने “म क्रिकेट नखेल्ने भएको भए भारतमा पेट्रोल पम्पमा काम गरिरहेको हुन्थे होला, अनि करण के.सी. मलेसियामा काम गर्न जाने थिए होला।” सबैले सरकारी जागिर नै खानु पर्छ भनेको हैन तर आफ्नो क्षमता र प्रतिभालाई चिनेर कठिन मेहनत र प्रयास जारी राखियो भने पक्कै पनि सफल भइन्छ।

केही दिन अगाडि मैले एउटा लेख पढेको थिए, 'अधिकृतको जागिर छोडी अष्ट्रेलिया' त्यहाँ लेखिएको थियो हजारौंलाई ज्ञानको पछाडि पारेर म यो देशको अधिकृत भए तर छोरीको स्कुल फि, कोठा भाडा, लत्ता कपडा र दालचामल जुटाउन मलाई धौंधौं हुन्छ । अझ आपतकालीन घटना घट्यो भने कसरी गुजारा चलाउने होला भनेर सोच्दै गर्दा मेरो टाउको दुख्छ।' यो त अधिकृत जस्तो उच्च ओहदामा

जागिर खाने मान्छेको परिस्थिति भयो भने पाँचौ तह, चौथो तह तथा सुरक्षा निकायमा राजपत्र अनंकित चतुर्थ श्रेणीमा जागिर खाने जवानको परिस्थिति र मनस्थिति कस्तो होला ? प्रत्येक महिना गोरखापत्रको हेडलाइन हुन्छ, विभिन्न दर्जाका ३० भन्दा बढी सुरक्षाकर्मी सम्पर्कमा नरहेको ? कहाँ हराए होलान त देश बचाउने व्यक्ति ? कि सपनाको खोजीमा हराए ? के सरकारी जागिरको आकर्षण साच्चिकै घटेको हो त ? राज्यले दिने सेवा सुविधा अनि स्वदेशमा बसेर देश र जनताको सेवा गर्न पाउनु र परिवार साथीभाइसँग रमाउन पाउनु भाग्यमानीको कुरा होइन र ?

म सरकारी सेवामा प्रवेश गरेको पनि ३ वर्ष बितिसकेछ । सानो छँदा ५ कक्षामा पढेका देशका विरगाथा मेरो मन मुटुमा बसेका छन् र देशको औधी माया पनि लाग्छ । दिक्षान्त समारोहमा खाएको सपथ पनि मेरा मानसपटलमा गुञ्जिरहन्छ । मेरा बाले पनि जीवनको ३५ वर्ष भारतमा काम गरेर बिताउनु भयो । म +२ सकेर केही महिना भारतमा काम गर्न जाने कुरा गरेको थिए । बाले भन्नु भयो, “तैले विदेशबाट पैसा कमाएर राम्रो लुगा, काँधमा ठुलो झोला र हातमा नयाँ मोबाइल बोकेर घर फर्किदै गरेको परदेशी मात्र देखेको छस् तर मैले त्यहाँको निम्न स्तरको काम, हेपाइ, दुःख अनि तिरस्कार र स्वाभिमान बेच्नु परेको देखेको छु र कयौं सपना बोकेर गएका परदेशी बाकसमा र केही वेवारिसे लाशको रूपमा पल्टिएका देखेको छु ।” त्यो कुरा सुनेदेखि मलाई पनि विदेश मन परेन । आफू पनि देशमा नै केही गर्ने र अरूलाई पनि स्वदेशमै सम्भावनाहरू खोज्न सल्लाह दिने गरेको थिए ।

अंग्रेजी शिक्षकको रूपमा ३ वर्ष जति शिक्षण गर्दा मेरा अब्बल र प्रिय विद्यार्थीलाई देशमा सरकारी जागिर खान र सकेको इलम गर्न प्रेरित गर्थे । आज आएर ती मध्ये धेरै विद्यार्थीहरूलाई खादा र माला ओढाउन त्रिभुवन अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थल धेरै पटक पुगिसके तर रोक्ने फर्काउने आट भने गरेको छैन । अधिकृतसम्मको लोकसेवा परीक्षामा प्रतिस्पर्धा गर्न सक्ने मेरो प्रिय, अब्बल विद्यार्थीलाई सुरूमै कोरियाको लागि विमानस्थल छोड्नु पर्दा मैले अरूलाई पनि रोक्ने आटँ नगरेको हो । मैले मेरो कान्छो भाइलाई समेत सरकारी जागिरमा प्रवेश गर्न प्रेरित गरे । अहिले हामी एउटै दर्जाको जागिर खान सफल भएका छौ । कतै मैले उसको सपना र इच्छा विरूद्ध सरकारी जागिरमा प्रवेश गर्न पो लगाए कि भन्ने प्रश्न कहिलेकाहीँ मेरो मन मस्तिष्कमा आइरहन्छ । अहिले हामी दुई भाइले सरकारी जागिरमा प्रवेश गर्दा गाउँ घरमा हामी चर्चाका विषय बन्नुका साथै लोकसेवाप्रति आकर्षित हुनेहरूमा प्रेरणाका

स्रोत पनि भयौ। तर छोटो समयमा धेरै पैसा कमाउने, छिटो धनी बन्ने लोभले गर्दा कता कता सरकारी जागिर विदेश पलायनको अगाडि ओझेलमा परेको छ जस्तो लाग्छ।

यो त मैले सरकारी जागिर र विदेशको कुरा गरे तर आजभोलि अचम्मको कुरा त के छ भने सरकारी जागिरै छोडेर विदेश जानेको संख्या पनि दिनप्रतिदिन बढिरहेको छ। के सरकारी जागिर खाएकाहरूको तलबले कोठा भाडा, घर खर्च, छोराछोरीको स्कुल फि, यातायात खर्च र आपतकालीन घटनामा हुने खर्च टार्न पुगेको छ होला त ? के सबै सरकारी सेवा क्षेत्रमा कर्मचारीले पाउने सेवा सुविधा, तलब भत्तामा एकरूपता छ त ? के एउटा सरकारी जागिर गर्ने कर्मचारीले आफूले जम्मा गरेको पैसाले आफ्ना छोराछोरीलाई डाक्टर पढाउन सक्छ होला त ? आफ्नो सपनाको घर बनाउन सक्छ होला त ? पक्कै पनि सक्दैन। त्यसकारण सरकारी जागिर भएकाहरू पनि आफ्नो परिवारको भविष्य राम्रो बनाउनकै लागि विदेशीन बाध्य छन् । सरकारी जागिर र सरकारी सेवा नागरिक माझ कसैलाई पनि मन पर्दैन। शिक्षकले पढाएन, निजामतिले ढिला सुस्ति गर्यो, भ्रष्टाचार गर्यो, सुरक्षा निकायले सुरक्षा दिन सकेन, ज्यादति गर्यो भन्ने मात्र सुनिन्छ। तर कति मानिसहरूलाई आफ्ना छोराछोरीले सरकारी जागिर खाओस्, ज्वाइँ सरकारी हाकिम होस्, बुहारी सरकारी जागिरे होस्, भन्ने पनि छ । केही कर्मचारी नीति विरूद्ध गए भन्दैमा सम्पूर्ण सेवा र सेवा दिने निकाय सबै गलत हुन सक्दैन । मान्छे गलत होला तर कुर्सि कहिले पनि गलत हुँदैन र भोलि त्यो कुर्सिमा असल मान्छे पनि आएर बस्न सक्छ भन्ने कुरा हामीले बुझ्नु पर्दछ।

वास्तवमा सरकारी सेवामा जति जति समय बित्दै जान्छ कर्मचारीमा जागिर प्रति नैराश्यता, घृणा र डरको पारो बढ्दै जान्छ जस्तो लाग्छ । बर्सेनि लाखौंको संख्यामा आफ्नो क्षमता र घरपरिवारको चाहना अनुरूप सरकारी जागिरमा प्रवेश गर्छु भनेर लोक सेवाको तयारीमा बन्द कोठामा बस्दै गरेका युवायुवतीको भविष्य के होला त ? अब नवप्रवेशी युवायुवतीहरूमा यो हावा चल्दै जाने हो भने भोलिका दिन सरकारी जागिरमा प्रवेश गर्ने मान्छे नभेटिने पो हो कि ?

एक दिन +२ सकेको छिमेकी भाइलाई कुन कलेज भर्ना भयौ भनेर सोधे, उसले जवाफ दियो, "दाइ म त जापान आएको पनि ३ महिना बितिसक्यो राम्रो पैसा कमाउदैछु ।" म देशलाई धेरै माया गर्छु र देशमै बस्छु भन्नेले पनि एक पटक त बर्सेनि खुल्ने डाइभरसिटि भिसाको चिट्ठाको लागि आवेदन दिएकै हुन्छन् । देशमा राजनितिक परिवर्तनसँगै देशमै सम्भावना खोज्छौं, युवालाई देशमै रोजगारी

दिन्छौ। विदेशको हरेक चोक र गल्लिमा स्वदेश फर्कन आकर्षक अवसरको पर्चा टास्छौँ जस्ता कुरा नभएका होइनन्। तर पनि मेरो देश रेमिटान्स भित्र्याउने देशहरूमा अग्र पङ्तिमा रहेको छ।

मैले परिवारको खासै ठुलो जिम्मेवारी बोक्ने बेला भएको छैन। के यो विदेशको हावाले मलाई त छुदैन ? के मैले मेरा बाआमा अनि श्रीमती र छोराछोरीलाई राम्रो जिन्दगी दिन सक्छु होला त ? मलाई भन्न नसके पनि मेरा बाआमाले हाम्रो जीवनशैली र अमेरिका, कोरिया र जापान बसेका छिमेकीको जीवनशैलीमा फरकपना देखिसक्नु भएको होला। अनेकौ प्रश्न अनि अनेक चर्चा एकातिर सरकारी जागिरको मान प्रतिष्ठा अर्कोतिर विदेशको विदेशी पैसा र सुखसयलको जीवन तर विदेशको दुःख, पीडा, स्वाभिमान बेच्नु पर्ने अवस्था, हेपाइ, काम अनुसारको न्यून ज्याला, मर्नु पर्ने, वेपत्ता हुनु पर्ने भने यता देशको लागि मर्नु र देशमा आफन्तसँग बाँच्नुको मज्जानै बेग्लै। हैन, आखिर सरकारी जागिर कि विदेश ? ♦♦♦

कविता

आत्मलाप

✍ **हरिकृष्ण धिताल 'एच.के'**

नियाल्दा प्रकृतिको अनुपम चित्र।
लाग्थ्यो सारा भूगोल अर्कै विचित्र॥
खेल्दाखेल्दै बालपन बित्यो रमाई।
केवल सम्झना रहेछ हाम्रो कमाई॥

ढुङ्गो टुक्रन्छ सोच्थैँ मुक्का बजारी।
यस्तो जोशीलो यौवन अब भो पारी॥
कसरी हुर्काउ मेरा बचेरा सोच थियो।
गुँड बनाउदैमा मेरो समय टाढा भयो॥

भुलेथैँ संसार उनकै प्रेम जालमा।
अहो ! छिट्टै बितेछ जीवन ख्यालमा॥
सोच्थैँ; संसार सानो नपुग्ने रहेछ।
अहिले आँगन मेरो संसार भएछ॥

तातो खोज्थ्यो तनले प्रेम मनले।
भन ! जोवन थुन्न सक्यो कसले॥
भित्र्याएथैँ प्रियालाई बजाएर बाजा।
हातै मिठो लाग्थ्यो झन् खाना र खाजा॥

मन उड्छ अन्तै म छु यतै सेरोफेरो।
समयमा हो डौडधुँप हुने तेरोमेरो॥
बित्यो सबथोक भन्दै छट्पटिन्छ मन।
गर्न सक्दिन मेलो सकस् हुन्छ झन्॥

रङ्ग रूप उड्यो भए अर्कै कुरुप।
मन हुन्न हेर्न ऐनामा आफ्नै रूप॥
अहो ! समय म बूढो भए कसरी !
झट्टै आओस् पालुवा रूखमा जसरी॥

तामाङ समुदायमा विवाह परम्परा, के हो चारदाम ?

✍ **प्र.स.नि.सुर्यध्वज तामाङ**

विवाह एक महत्वपूर्ण सामाजिक परम्परा हो । यो सामाजिक, धार्मिक अथवा कानूनीरूपबाट विपरीत लिङ्ग (महिला र पुरुष) बिच एकअर्कासँग जीवन व्यतीत गर्न स्वीकृति दिने संस्कार हो । विवाहले दुई परिवार बिच नयाँ नाता सम्बन्ध जोड्ने काम गर्छ । नेपालमा हरेक जाति हरेक क्षेत्रमा अ-आफ्नै तरिकाले विवाह गर्ने गरिन्छ । जङ्गली अवस्थाबाट घर व्यवहारमा आएपछि मान्छेले आफ्ना पाशविक व्यवहारमा परिमार्जन गर्दै लगेको हो ।

एउटै केटीमा धेरै जना केटाको तानातान वा एउटै केटामा धेरै जना केटीको आशक्ति रहनुले समाज विकृत बन्छ । त्यसैले समाजलाई अराजक हुनबाट जोगाउन निश्चित पुरुष र स्त्रीका लागि निश्चित पुरुष र स्त्री तोक्नुपर्ने आवश्यकता पर्‍यो । यसरी तोक्ने कार्य नै पछि गएर एउटा संस्कारमा परिणत भयो र त्यसैलाई नै 'विवाह' भनियो । यसरी विकसित बन्न पुगेको विवाह संस्कारले निजी श्रीमान र निजी श्रीमतीको अवधारणा ल्यायो र समाजलाई विकृत हुनबाट जोगायो । यसलाई व्यवस्थित गर्नका लागि भने अनेक प्रचलन र परम्पराहरू विकसित बन्न पुगे । यस्ता परम्पराहरू जाति, धर्म, क्षेत्र, स्थानअनुसार पनि फरक फरक ढङ्गले विकसित बन्न पुगेका छन् ।

तामाङ जाति आदिवासी जनजाति उत्थान प्रतिष्ठानमा सुचिकृत एक महत्वपूर्ण आदिवासी जनजाति हो । तामाङ जातिसँग आफ्नै संस्कार, संस्कृति, रहनसहन, भेषभूषा, कला, लोक साहित्य लगायतका मौलिकताहरू मौजुत छन् । यसैमा तामाङ लगायतका आदिवासीहरू गर्व महसुस गर्दछन् ।

तामाङ समुदायमा विवाह परम्परा (ब्रेल्साङ)

विवाहबाट नाता सम्बन्धको विकास गराउँदछ । त्यसैले सामाजिक र वंशावली चलाउने हिसावले पनि विवाह अनिवार्य कार्य हो । तामाङ समुदायमा आफ्नै मौलिक वैवाहिक संस्कार रहेको छ । विवाह समारोहमा दाम्पत्य जीवन सुखद एवम् सफल होस् भनेर लामा गुरुहरूलाई अनिवार्य रूपमा टाशीघेपा र टाशीछेक्पा

अर्थात् (शुभ मोलम पाठ) गर्ने प्रचलन छ। तामाङ जातिमा फुपू चेली र मामा चेलाको छोराछोरी बिचमा पनि विवाह चल्ने प्रचलन छ । हिजोआज भने त्यो प्रचलनलाई निरुत्साहित गर्दै गएको पाइन्छ । आफ्नो स्वाँगेभाई (सगोत्री) बाहेक अन्य थर, जाति बिचमा ठाउँ विशेषको संस्कार अनुसार विहेवारि हुने गर्दछ । तामाङ जातिमा मागी बिहे र भागी विहे दुवै स्वीकार्य छन् । मागी बिहेमा केटापट्टिबाट लमी जान्छन्, लमीको भूमिका ताम्बाले गर्दछन् । किनभने तामाङ समाजमा प्राचीन रीतिरिवाज र वंशावलीसम्बन्धी जानकारी ताम्बालाई धेरै हुन्छ ।

लमीले कुरा छिनेपछि केटापट्टिबाट सगुन लानुपर्छ । जसमा कुखुरा वा खसी, सेलरोटी र रक्सी हुन्छन् । सगुन लगे पछि मात्र विवाहको दिन, रीत (कोसेली)जन्तीको सत्या र अन्य तयारीको कुराहरू तोक्ने गरिन्छ । जन्ती जाँदा तामाङहरू मौलिक लोकबाजा डम्फु बजाउँछन् । डम्फुवालाहरू नाच्दै जान्छन् । जन्ती आइपुग्दा केटी पट्टिकाले गर्ने प्रथम स्वागतमा बाटोमा सगुन (रक्सी, चार वटा रोटी) आदि राख्दछन् । उक्त सगुन दुलहाले छ्योतो गर्ने अर्थात् जन्ती जाने र स्वागत गर्ने सबैलाई अर्पण गर्ने गर्छन् । जन्ती केटीको घर आँगनमा पुगे पछि केटीको बुबा वा अभिभावकले जन्ती पर्सने चलन छ । स्वयंवर गर्ने चलन पनि तामाङ जातिमा प्रचलित छ। जन्तीहरूलाई सगुन खुवाएर दुलहालाई आसनमा राखे पछि दुलहीको दाजु वा भाइले दुलहीलाई बोकेर ल्याईसँगै बसाउँछन् । फेरि एक पटक सगुन खुवाएपछि कार्यक्रम सुरु हुन्छ । दुवै पट्टिका ताम्बाहरूले आ-आफ्ना पक्षका पुर्ख्यौली सम्बन्धी कुरा एक अर्काको परिवारलाई बताउँछन् । डम्फुवालाहरू एक अर्कालाई सवाल जवाफ गर्दै नाच सुरु गर्दछन् । ताम्बा गीतपछि रात्रिभोज सुरु हुन्छ। यसमा केटा र केटी पक्षका व्यक्तिहरू सामेल हुन्छन् ।

के हो चारदाम ?

तामाङ समुदायमा आफ्नो छोरीचेली कुटुम्बलाई सुम्पने बेलामा तपसिलका चार प्रकारका वस्तुहरू साक्षी राख्ने गरिन्छ। जसलाई चार दाम भनिन्छ।

१) विवाह हुने स्थानका अलौकिक ज्योहो ज्योमो (देवी देवताहरू) ।

२) हिमालमा हुने डाँफे अनि तराईमा पाइने मयूरको प्रतीक स्वरूप कुखुराको भाले ।

३) नदीमा पाइने गोही र कछुवा आदिको सम्झना स्वरूप जिउँदो माछा ।

४) विवाह स्थलमा भएका सम्पूर्ण सज्जन महानुभावहरू ।

यिनै चार प्रकारका साक्षीहरूको रोहवरमा मात्रै तामाङ जातिले आफ्नो छोरीचेली कुटुम्बलाई जिम्मा लगाउँछन् ।

यही तामाङ संस्कृतिलाई तामाङ जातिमा छोंगोर, घासा वा (चारदाम) भनिन्छ । यही चारदाम गर्ने समयमा तामाङ जातिको ताम्बाले हाम्रो छोरीचेली तपाईँ कुटुम्बलाई सुम्पिए तापनि हाम्रो ह्रुई अर्थात् (थर) चाहिँ हजुरहरूलाई सुम्पेका छैनौँ भनी माइतीकै थर रहने कुरा बताउँछ, तसर्थ यही कारणले तामाङ चेलीको विवाह हुँदा थर परिवर्तन हुँदैन ।

माथि उल्लेखित चार दामलाई साक्षी राखी चेलीलाई कुटुम्बको जिम्मा लगाउँछन् तर जिम्मा लगाउने बेला "पाले पुण्य मारे पाप" भनेर हामीले हाम्री चेली दिएका छौँ, हाम्री चेली तपाईँको जीवनसाथी अथवा पत्नीको रूपमा रहे तापनि हाम्रै थर नै जीवनपर्यन्त रहिरहनेछ भन्दै जिम्मा लगाउँछन् । 'हाम्री चेली आजदेखि ज्वाइँलाई सुम्पे पनि हड्डी चाहिँ होइन' भन्ने चलन छ। त्यसको अर्थ जीवनको अन्तिम घडीसम्म माइतीको पनि हक लाग्छ भन्ने हो र तामाङ चेलीको विहेपश्चात् पनि "ह्रुई" थर फेरिन्न भन्ने हो । यही कारणले गर्दा कुनै पनि तामाङ चेलीको मृत्यु संस्कार (घेवा) को बेला माइती खलकलाई अस्तु बुझाउनु पर्ने परम्परा छ ।

यसरी विधिवत् तरिकाले समारोह अन्त्य भइसकेपश्चात् ती साक्षीको रूपमा ल्याइएको डाँफे र मुनाल पंक्षिको प्रतिनिधि परेवा वा कुखुराको भाले, गोही र कछुवाको प्रतिनिधि माछालाई आ-आफ्नो ठाउँमा जिउँदै छोडिदिनु पर्दछ अनि मात्रै दुलहा-दुलहीको दाम्पत्य जीवन सुखमय हुनेछ भनिन्छ। त्यसपछि टीका टालोमा दुलहीका कुल कुटुम्बले दम्पतीलाई टीका लगाउने र गच्छेअनुसार उपहार दिने चलन पनि छ।

दुलही लिएर फिरेका जन्तीलाई दुलहाको घरमा जितौरी खुवाउने चलन छ, जसबाट धेरै वर्ष पहिले दुलहीलाई जितेर ल्याउनुपर्ने रीतिरिवाज भएको अनुमान गर्न सकिन्छ। यो जितापत्रको खाजापछि इष्टमित्र, कुल कुटुम्ब र चेलीबेटीले रक्सी, रोटी, फूल, माछा, मासु आदिले सत्कार गरी दुलहा-दुलहीलाई भित्र्याउँछन् । यो बेला ताम्बाले दुलहीलाई दुःख दिने छैनौँ भन्ने वाचा दुलहाकी आमा र दुलहाबाट गराउँछन् ।

हिजोआज कुनै गाउँ ठाउँमा सिन्दूर हाल्ने चलन पनि छ तर त्यो तामाङ जातिको मौलिक संस्कृतिभित्र पर्दैन । टीका लगाउँदा पनि रातो नभई सेतो टीका लगाउने चलन छ । ताम्बाले वाचा बँधाएपछि दुलहा-दुलहीको टाउको एक-अर्कासँग तीन पटक ठोक्ने र एक अर्कालाई जुठो खुवाउनु पर्ने, ठाउँ सारेर बस्नु पर्ने चलन छ । समाजका ठुलाबडाले टीका लगाएर सगुन खुवाएपछि बिहेको कार्यक्रम सकिन्छ। सामान्यतः तीन दिनपछि दुलही फर्काउने चलनलाई दोवरी-

निवरी भनिन्छ । अहिले तामाङ जातिको विवाह संस्कारबारे गहन विश्लेषण, चर्चा र वहस भइरहेको छ। मामाचेला फुपुचेली, मामाचेली फुपुचेला बिचमा विवाह गर्न नहुने चर्चा आएको छ। वैज्ञानिक तथ्यको यस विचारसँग असहमतहरूले यस तर्कको खण्डन पनि गर्ने गरेका छन् । विवाहमा प्रयोग गरिने सगुनको विषयमा पनि विवाद हुने गरेको छ । नेपाल तामाङ घेदुङले प्रकाशित गरेको सांस्कृतिक निर्देशिकामा मादक पदार्थ प्रयोग गर्न नमिल्ने उल्लेख गरिए तापनि गाउँघरमा यो परम्परा अझै प्रचलित छ । तामाङ जातीको विवाह बढी खर्चिलो छ । यसमा प्रयोग गरिने कथन, प्रचलन र तरिका ठिक भए पनि भोज भतेरमा रम्ने यो चलन आधुनिक व्यस्त समाजको लागि बोझ हुन सक्छ । एकै पटकमा विवाह सिध्याउन सकिन्छ भन्ने आवाज उठेको छ । तामाङ विवाह तामाङ पहिचानको एक महत्वपूर्ण प्रचलन भएकोले यसको संरक्षण गर्नुपर्ने जरूरी पनि छ। ♦♦♦

गीत

✍ **यशु श्रेष्ठ**

तिम्रा हर खुसीहरूमा साथ दिन म सकूँ
तिम्रा हर दुःखहरूमा मल्हम लगाउन सकूँ
यो संसार तिमी तिमी नै धर्ती हुन सकूँ
दीप बनि तिम्रो जीवनमा ज्योति छर्न सकूँ
तिम्रा हर....

हर प्रयास तिम्रै नै लागि
हर विस्वास तिमी नै माथि
सगरका घाम जून सरी
तिमी अनि तिमी नै मेरो एउटा साथी
तिम्रा हर...

तिम्रा हर शब्दहरूका अक्षर बन्न सकूँ
तिम्रा हर हाँसोहरूमा तरङ्ग छर्न सकूँ
पाइला तिम्रा लर्खरिँदा सुपथ देखाउन सकूँ
तिम्रा जीवनका हर प्यासहरू मेटाउन सकूँ
तिम्रा हर... ...

इतिहासको पानाबाट

प्रहरी प्रकाशनको २०३३ साल अङ्क,३ को **शुभ-जन्मोत्सव विशेषांक प्रहरी प्रकाशनमा** प्रकाशित **का.मु.प्र.ना.उ. रुद्रबहादुर पाण्डेद्वारा लिखित 'लागू औषध'** शीर्षकको लेखको अंश त्यही समयको भाषामा जस्ताको तस्तै साभार गरी प्रस्तुत गरेका छौं ।

-सम्पादक

सदर प्रहरी तालीम केन्द्र महाराजगन्जबाट सन्चाल गरिने विभिन्न तालीमहरूमा समावेश गरिएका विभिन्न विषयहरूमध्ये "लागू औषध" पनि एक विषय भएकोले प्रशिक्षार्थीहरूको सुविधाकोलागि प्रश्नोत्तरको रूपमा यो लेख लेखिएको छ।

लागू औषध (ड्रग) भनेको के हो ?

लागू औषध त्यस पदार्थलाई भनिन्छ जसको सेवनबाट शरीर अथवा मस्तिष्कमा असर पर्दछ।

लागू औषधप्रतिको निर्भरता (Dependence) भनेको के हो ?

लगातार अटूट अथवा कहिलेकाहींको सेवनबाट लागू औषधहरूप्रति हुनजाने मानसिक अथवा शारीरिक निर्भरताको अवस्थालाई ड्रग डिपेण्डेन्स भनिन्छ । यस अवस्थाबाट अनेकौं गम्भीर समस्याहरू उत्पन्न हुन्छन् र जीवन, समाज र देशलाई अभिसाप बन्न जान्छ। तर मस्तिष्क परिवर्तनीय पदार्थ सेवनबाट सबै मानिस त्यसमा निर्भर भएकै हुन्छन् भन्न सकिन्न।

बानी (Habituation) भनेको के हो ?

भावनीय कारणहरूबाट लागू औषध पटकपटक अथवा सधै सेवन गर्न चाहने मनोवैज्ञानिक इच्छालाई बानी भनिन्छ। वस्ताविकताबाट अलग्गिन, मानसिक तनावबाट छुटकारा पाउन, आनन्द प्राप्त गर्न जस्ता केही कारणहरूबाट लागू औषध सेवन गर्ने बानी बस्न जान्छ।

लत (Addiction) भनेको के हो ?

छोटकरीमा लागू औषधप्रतिको शारीरिक निर्भरतालाई अडिक्सन भनिन्छ । शारीरिक होस वा मानसिक अडिक्सन भएको व्यक्ति लागू औषध लिन बाध्य हुन्छ। फलस्वरूप आफ्नो जीवन अन्धकारमय भई परिवार तथा समाजको लागि ठूलो बोझ हुन्छ।

रामः– आज मैले रेखा थापासँग फोनमा कुरा गरे नि यार ।

श्यामः– होर ? मलाई त विश्वास लागेन ।

रामः– भगवान कसम कुरा गरेकै हो ।

श्यामः– ल ल ठिक छ । अनि उनले के भनिन् त ?

रामः– रङ नम्बर पऱ्यो ।

♦ ♦ ♦

लोग्नेः– तिमीसँग बिहे गरेर मलाई एकदम फाईदा भएको छ ।

स्वास्नीः– (खुसी हुँदै) हो र कसरी नि ?

लोग्नेः– मैले गरेको पापको सजाय म जिउँदो हुँदै पाइरहेको छु नि त ।

♦ ♦ ♦

प्रेमीः– तिम्रो घरमा साह्रै आउन मन लाग्छ प्रिय तर कहाँबाट आउने ? म झ्यालबाट आऊ भने खसेर सुकुटे ज्यान भाचिन्छ भन्ने डर ढोकाबाट आउ भने तिम्रो बाबा लाठ्ठी लिएर ढोकामा बसीराखेको देख्छु सधैं ।

प्रेमिकाः– झ्यालबाट आए पनि आउ प्रिय, ढोकाबाट आए पनि आऊ खाने मुखलाई जुँगाले कहिलै छेक्दैन । लाठ्ठी लिएर ढोकामा बसे पनि मेरा बुढा बाबाले आँखै देख्दैनन् ।

♦ ♦ ♦

प्रेमीः– हैन ! प्रिय तिमीले यो मिनिस्कर्ट लगाएको देखेर घरमा बुबाले गाली गर्नु हुन्न ?

प्रेमिकाः– अहँ ! गर्न हुन्न तर आमाले चाहिँ साह्रै गाली गर्नुहुन्छ ।

प्रेमीः– बुबाले चाहिँ केही नभन्ने अनि आमाले चाहिँ किन त्यति धेरै गाली गर्ने नि ?

प्रेमिकाः– आमा आफ्नो लुगा अरुले लगाएको मन पराउनु हुन्न क्या ।

संकलनः– प्र.स.नि. शरणजंग भण्डारी

नेपाल प्रहरी सम्बन्धी केही जानकारीहरू

➲ वि.स. २०३१ सालमा भृकुटीमण्डप स्थित नगर प्रहरी कार्यालयमा भ्यानसहितको गस्ती प्रहरी ('पुलिस फ्लाइङ्ग स्क्वाड') स्थापना भएको थियो ।

➲ वि.स.२०३२ सालमा नेपाल प्रहरीमा अनुसन्धानको लागि प्रहरी कुकुर शाखा (हाल नेपाल प्रहरी केनाइन महाशाखा)को स्थापना भएको थियो ।

➲ वि.स. २०३२ सालमा नेपाल-भारत सीमा क्षेत्रमा सीमा-सुरक्षाका लागि सर्वप्रथम सुरक्षा प्रहरी चौकी (सीमा प्रहरी चौकी)को स्थापना भएको थियो ।

➲वि.स. २०३४ सालमा काठमाडौं स्थित सदर ट्राफिक प्रहरी कार्यालय अन्तर्गत माउन्टेड प्रहरी स्थापना भएको थियो ।

संकलनः– प्र.व.ना.नि.संगीता कार्की

सर्वोच्च अदालतबाट प्रतिपादित नजिरहरू

पुनरावेदक/प्रतिवादी जिल्ला कारागार कार्यालय, रूपन्देहीमा थुनामा रहेका रामबहादुर थारू विरुद्ध विपक्षी/वादी सुनिलकुमार उपाध्यायको जाहेरीले नेपाल सरकार (ने.का.प.२०७३, अंक १, निर्णय नं.९५३१) कुनै पनि सर्तमा व्यक्तिको स्वतन्त्रता कुण्ठित बनाई अपहरण गरी बन्धक बनाउने कार्यलाई स्वाभाविक भनी अर्थ गर्न सकिँदैन। व्यक्तिहरू बिच एकआपसमा लेनदेन गरिएको रकम असुल गर्नको लागि कानूनले विभिन्न उपाय निर्धारण गरेको नै छ।

पीडितलाई अपहरण गरी शरीर बन्धक बनाउनुको सट्टा कानूनबमोजिमका निर्धारित उपायहरूको अवलम्बन गर्नुपर्ने। (प्रकरण नं.३) पुनरावेदक प्रतिवादीहरूले आफूले लिनुपर्ने भनिएको रकम उठाउनका लागि पीडित जाहेरवालालाई बन्धक बनाएको देखिँदा अपहरण गर्ने तथा शरीर बन्धक लिनेको महलको २ नं. विपरीतको कसूर गरेको देखिन आउने।

श्रीकृष्ण परियारको हकमा विशाल परियारसमेत विरुद्ध काठमाडौं जिल्ला अदालत, बबरमहल, काठमाडौंसमेत (ने.का.प.२०७३, अंक १, निर्णय नं.९५२९) फौजदारी न्यायको मूल उद्देश्य दण्डहीनताको अन्त, कसूरदारलाई सजाय र पीडितलाई उपचार रहेकोले फौजदारी कानूनलाई त भन् बाहेक गर्न मिल्दैन। फौजदारी न्याय र फौजदारी कानून धेरै सशक्त हुन्छन्। अरू ऐन कानूनले स्पष्ट तवरले बाहेक नगरेसम्म सभ्य मुलुक र न्यायको मान्य सिद्धान्तले राज्यले हस्तक्षेप गर्नुपर्ने प्रकृतिको सार्वजनिक सदाचार, नैतिकता, स्वास्थ्य आदिको उल्लङ्घनको विषयमा कसूरदारलाई निरूत्साहन गर्न समेतका लागि फौजदारी न्याय र फौजदारी कानूनको overriding effect हुन्छ। अतः चेक अनादर र बक्यौता रकमको विषयलाई विनिमेय अधिकारपत्र ऐन, २०३४ आदिले समेटेकोले ठगीमा जाहेरी लिन र अनुसन्धान गर्न मिल्दैन भन्ने निवेदकको निवेदन जिकिर मान्दा राज्य र कानून असहाय हुन पुग्ने।

संकलनः– प्र.नि. सुरेश कुमार हायु

रेडियो प्रहरी कार्यक्रम प्रत्येक सोमवार र बिहिवार बेलुकी ७:४५ बजे रेडियो नेपाल १०० मेगाहर्ज र नेपाल प्रहरीको वेभसाइट WWW.nepalpolice.gov.np मा समेत सुन्न सकिने छ।