लक्ष्मी जननी मिडिया हाउस प्रा.लि.द्वारा प्रकाशित

जि.प्र.का.द.नं. :-१३/०७६/०७७

जि.हु.द.नं. १/०८२/०८३

म्याग्दी नेपाल

MYAGDI NEPAL WEEKLY

www.erupse.com साप्ताहिक

"होटल जोमसोम प्राइड"

जोमसोम मुस्ताङ,०६९-५९००८३,९८२४७२३१३६

मुक्तिनाथ तथा दामोदरकुण्ड तिर्थयात्राका क्रममा आरामदायी तथा पारीवारीक वातावरणमा खाना तथा बसाइका लागि सम्झनै पर्ने नाम ।

वर्ष ७, अंक १६ २०८२ कार्तिक २८ गते शुक्रबार (Friday 14 November 2025) नेपाल सम्बत् ११४५ पृष्ठ ४+२ मुल्य रु १०/-

बागवानी केन्द्रको सेटलाईट फार्म घमीमा

अमृत बास्कुने

शीतोष्ण बागवानी विकास केन्द्र मार्फाको सेटलाईट फार्म स्थापनाका लागि उपल्लो मुस्ताङको लोघेकर दामोदर कुण्ड गाउँपालिकाको घमीमा जग्गा प्राप्ति भए सँगै फार्म स्थापना भएको छ ।

२०८२ कार्तिक २१ गते शुक्रबार आवश्यक कागजी प्रकृयाहरू सम्पूर्ण पुरा भई मालपोत कार्यालय मुस्ताङले शीतोष्ण बागवानी विकास केन्द्र, मार्फालाई जग्गा उपयोगको प्रमाणपत्र प्रदान गरेको थियो । सरकारी जग्गा दर्ता, उपयोग तथा लिजमा उपलब्ध गराउने सम्बन्धि कार्यनीति, २०७८ बमोजिम उक्त जग्गा प्राप्त गरेको शीतोष्ण बागवानी विकास केन्द्र मार्फाका तत्कालिन प्रमुख पशुनाथ आत्रेयले जानकारी दिनुभयो । उहाँका अनुसार कुल आठ सय एक रोपनी जग्गा शीतोष्ण बागवानी विकास केन्द्र मार्फाले प्राप्त गरेको हो । लोघेकर दामोदरकुण्ड गाँउपालिका वडा नं. २, घमीमा रहेको उक्त जग्गा शीतोष्ण बागवानी विकास केन्द्र मार्फाले सेटलाईट फार्मका रूपमा प्रयोग गर्ने गरि आवश्यक कागजात बनेको हो ।

शीतोष्ण बागबानी विकास केन्द्रले मुख्यतः जलवायु परिवर्तनको असरवाट स्याउ लगायत अन्य शीतोष्ण फलफूलहरू पनि माथि माथि सर्दै आईरहेको जनाएको छ । हालको परिप्रेक्ष्यमा शीतोष्ण बागवानी विकास केन्द्रमा भएका ३५ भन्दा बढि जातका स्याउका प्रजातिहरु लगायत दर्जनौं अन्य शीतोष्ण फलफूलहरूलाई पनि दिर्घकालिन रूपमा उत्पादन लिनका लागि उच्चस्थानमा जमिन आवश्यक भएको सन्दर्भमा हाल पाएको जमिन निकै महत्व दिने छ । शीतोष्ण हावापानी रहेको मार्फामा हुने ओखर, कागजी बदाम, आरू, आरूवखडा, खुर्पानी, स्वीट चेरी, अंगुर आदी का जातहरुलाई जोगाईराख्नु र मुस्ताङ्ग जिल्लालाई अबको सयौं बर्षसम्म पनि स्याउको राजधानी भनेरै चिनाईराख्नु मुख्य चुनौति रहेको थियो । यस सन्दर्भमा सेटलाईट फार्मको स्थापना सँगसँगै अबको केहि बर्षमा सम्पुर्ण जर्मप्लाज्महरूको सुरक्षित साथ स्थानतरण गर्नुपर्ने कार्यालय प्रमुख आत्रेयले बताउनुभयो । तल्लो मुस्ताङ्ग र माथिल्लो मुस्ताङ्गमा विरूवा रोप्ने समय फरक हुने हुनाले मार्फामा उत्पादन भएका विरूवा माथिल्लो मुस्ताङ्गका कृषकहरूले सहजै लगाउन सक्ने अवस्था थिएन र जुन यो सेटलाईट फार्ममा विरूवा उत्पादन हुन थाले पश्चात् सहजै हल हुने उहाँको भनाई छ । तल्लो क्षेत्रमा तरकारीको बीउ पाक्ने समयमा धेरै पानी पर्न थालेकोले माथिल्लो भेक अब तरकारीको बीउ उत्पादनको दृष्टिकोण बाट पनि अत्यन्त सम्भावनायुक्त ठाँउ हुन सक्ने आत्रेयको भनाई छ ।

उपल्लो मुस्ताङ्गमा सयौं हेक्टर जमिन बाँझा छन् । पानीको सहि सदुपयोग गर्ने र गहिरिएर बगेका खोलाहरूलाई ब्यवस्थापन गर्ने हो भने अधिकांश स्थानमा लटरम्म स्याउ लगायतका अन्य शीतोष्ण फलफूलहरू फलाउन सकिने भर पनि हामीले सेटलाइट फार्मको कल्पना गरेर काम थालेका थियौं अहिले आएर सफल भयौं उहाँले सुनाउनुभयो । फलफूलको आयात प्रतिस्थापनमा यसले ठुलो सहयोग गर्छ र स्थानिय स्तरमानै उत्पादन र प्रसोधनका उद्योगहरू सञ्चालन गरि रोजगारी श्रृजना गरी देशको अर्थतन्त्रलाई नै सुदृढ पार्न सकिने कुरामा कुनै शंका नै छैन । यहाँ स्थानिय फलफूलहरूको उचित संरक्षण र सम्बर्द्धन गर्दै उच्च घनत्वमा स्याउ खेति जस्ता अन्य नयाँ नयाँ प्रविधिहरूको परिक्षण गरि कृषकहरूलाई प्रविधि हस्थान्तरणका साथसाथै खोजमुलक अध्ययन अनुसन्धानका कार्यहरू पनि घमीमा सकिने लोघेकर दामोदरकुण्ड गाउँपालिका अध्यक्ष लोप्साङ छेम्पेल (राजु) बिष्टले बताउनुभयो ।

वर्तमान अवस्था हेर्दा मुस्ताङ्ग एक अत्यन्त लोकप्रिय पर्यटकिय गन्तब्यको रूपमा विकास हुँदै गईरहेको छ । बर्षेनि यहाँ हजारौं आन्तरिक तथा बाह्य पर्यटकहरूले भ्रमण गर्ने गर्दछन् । यो क्रम आगामि बर्षमा झन् झन् बढ्दै जाने छ । यसलाई यस सेटलाईट फार्मले कृषि/बागवानी पर्यटन प्रवर्द्धनका माध्यमबाट थप टेवा पुग्ने विष्टको भनाई छ ।

करिव चार पाँच बर्षदेखि शुरूभएको यो

बाँकी छैठौं पृष्ठमा

प्रो.पुर्ण गौचन ९८५७६३०२७८

होटल हिलभ्यू, थकाली भान्साघर

पिपलचोक, बेनी, म्याग्दी

फोन :- ०६९-५२११५८/५२०३५९

पारिवारीक वातावरणमा आरामदायी वास तथा, कन्टीनेन्टल, नेपाली तथा स्वादीलो थकाली खनाकालागि सदैव हामीलाई सम्झनुहोस ।

नेशनल ड्रग सेन्टर

पाण्डे हेल्थ क्लिनिक एण्ड ल्याव सेवा

अस्पताल चोक, बेनीमा

२०८२ कार्तिक २९ गते शनिबार

- टाउको दुखीरहने
- डर लाग्ने, मन आत्तिने
- कानमा आवाज आइरहने
- पसिना धेरै आउने
- नकारात्मक सोच आउने
- बेहोसी तथा छारे रोग
- शरीर तथा हातखुट्टा पोल्ने
- निद्रा नलाग्ने
- धेरै शंका लाग्ने
- कमजोरी महसुस भइराख्ने
- निराश हुने, जिद्दीपना
- एक्लै बस्ने, कुरा गर्ने
- मुटु छिटो ढुकढुक हुने
- रक्सी तथा अन्य कुलत छुटाउन

लगायत समस्या समाधानका लागि हामीलाई सम्झनुहोला ।

प्रोफेसर डा. जय बहादुर खत्री
एम.बी.बी.एस., एम.डी. (त्रि.वि. शिक्षण अस्पताल, काठमाडौं)
SENIOR CONSULTANT NEURO PSYCHIATRIST
वरिष्ठ नशा तथा मनोरोग विशेषज्ञ
NMC No. 2782

हर्मोन रोगको लक्षण
* तौल बढ्ने
* महिनावारी गडबढ हुने
* महिलाहरूको शरीरमा अनावश्यक रौं उम्रने
* यौन इच्छामा कमी हुने
* भिटामिन डि कमी हुने

मुधमेह (सुगर) रोगको लक्षण
* धेरै पिसाब लाग्ने
* मुख सुख्खा हुने
* तौल घट्ने
* भोग धेरै लाग्ने
* खुट्टा पोल्ने
* खुट्टा झमझमाउने
* आँखा धमिलो हुने
* कुनै पनि घाउ निको हुन गाह्रो हुने

थाईराइड रोगको लक्षण
* शरीर सुन्निने
* कपाल झर्ने
* महिनावारी गडबड हुने
* शरीर बढी तातो/चिसो महशुस हुने
* मुटुको धड्कन बढेजस्तो हुने
* थकाइ लाग्ने
* आलस्य हुने
* चिडचिड पसिना आउने

डा. रमेश राज आचार्य
फिजिसियन, मधुमेह, थाइराइड तथा हर्मोनरोग विशेषज्ञ
MBBS, MD (Internal Medicine- KU)
Fellowship in Endocrinology and Metabolism
(GRIPMER, Sir Gangaram Hospital- India)
Senior Consultant Endocrinologist & Physician
NMC No. 5575

अग्रिम बुकिङका लागि

९८५७६२४३५३-शम्भुराज पाण्डे,
९८६७६२९४२४-अमरप्रसाद पाण्डे
०६९-५२०१९२, ५२०६८८

- दैनिक रुपमा डाक्टरहरुद्वारा बिरामी परीक्षण तथा भिडियो एक्स-रे सेवा
- डिजिटल एक्स-रे, इसिजी, गुणस्तरीय ल्याब (प्रयोगशाला) सेवा
- गुणस्तरीय फार्मेसी सेवा

अग्रीम बुकिङको पनि व्यवस्था छ ।

सम्पादकीय

इतिहास, संस्कृति र हिमाली सौन्दर्यको संगम

हिमालको काखमा अवस्थित म्याग्दी जिल्लाको मंगला गाउँपालिका-३ बरंजास्थित चिनाकोट दरवार क्षेत्र इतिहास, संस्कृति र प्रकृतिको अद्वितीय संगम हो । म्याग्दी सदरमुकाम बेनी बजारबाट करिब २४ किलोमिटर दुरीमा पर्ने यो स्थल आजभोलि आन्तरिक पर्यटकहरुको आकर्षण बनेको छ । दुई हजार दुई सय मिटरको उचाइमा अवस्थित चिनाकोट डाँडाबाट नांगो आँखाले धौलागिरि, गुर्जा, मानापाथी, अन्नपूर्ण, निलगिरि र माछापुच्छ्रे हिमालहरुको मनोरम दृश्य एकैसाथ अवलोकन गर्न सकिन्छ । झाँक्रीपानी गाउँ नजिकैको यो क्षेत्र केवल हिमाली दृश्यावलोकनकै लागि नभई ऐतिहासिक र सांस्कृतिक दृष्टिले पनि महत्वपूर्ण छ । जनश्रुतिअनुसार नेपाल एकीकरण कालमा चौबीसे राज्यहरुमध्ये कुनै एक राज्यकी "चिना" नामकी रानी आफ्ना अंगरक्षकसहित यहीँ आएर आश्रय लिएकी थिइन् । त्यसैले यो ठाउँ "चिनाकोट" भनेर चिनिन थाल्यो । रानी बस्ने दरवारका भग्नावशेष आज पनि इतिहासका मौन साक्षी बनेर उभिएका छन् । संस्कृतिविद् अमरबहादुर रोकाका अनुसार, चिनाकोटमाथि अझै गहिरो अनुसन्धान हुन बाँकी छ । यो क्षेत्र मातृत्व र नारी-शौर्यको प्रतीक हो, जसले पुरानो र नयाँ पुस्ताबीचको ऐतिहासिक सम्बन्धलाई जीवन्त राखेको छ । उहाँले प्रकाशित गर्नुभएको "बरंजा र ५४ कुरियाको चिनारी" नामक पुस्तकमा चिनाकोटलाई मगर समुदायको सांस्कृतिक केन्द्रको रुपमा चित्रण गरिएको छ ।

बरंजा क्षेत्र मगर समुदायको ऐतिहासिक वासस्थान हो । यहाँ ५४ कुरिया मगरहरुको आफ्नै रीतिरिवाज, भेषभूषा र परम्परा आज पनि छन् । उनीहरुका धार्मिक र सांस्कृतिक सम्पदासँग चिनाकोटको सम्बन्ध गहिरो छ । झाँक्रीपानीका स्थानीय कमलबहादुर रोकाका अनुसार चिनाकोटमा भेटिएका पुराना खुँडा-तरबार र अन्य अवशेषहरु उनीहरुकै "थर्पु कोटघर"मा सुरक्षित राखिएका छन् । यी वस्तुहरु केवल हतियार होइनन्, बरंजा क्षेत्रको गौरवमय इतिहासका प्रमाण हुन् । स्थानीय र प्रवासमा रहेका युवाहरुको सहयोगमा अहिले चिनाकोटमा विभिन्न संरचना निर्माण भएका छन् । मंगला गाउँपालिकाको सहयोगमा डाँडामा पुग्ने सिँढी, गोरेटो, प्रतिक्षालय, शौचालय र पानीको सुविधा जस्ता पूर्वाधार निर्माण गरिएका छन् । झाँक्रीपानीमा सञ्चालनमा रहेका होमस्टेहरुले पर्यटकलाई स्थानीय आतिथ्य र मगर परिकारको स्वाद चखाउँछन् । स्थानीय दर्पण रोकाका शब्दमा, "चिनाकोट केवल हेर्नकै लागि होइन, अनुभव गर्नकै लागि बनेको ठाउँ हो । जहाँ इतिहास बोल्छ, हिमाल मुस्कुराउँछ र पाहुनाले घरको न्यानोपन महशुस गर्छन् ।"

मंगला गाउँपालिकाका अध्यक्ष सतप्रसाद रोकाले चिनाकोटलाई गाउँपालिकाको प्रमुख पर्यटकीय केन्द्रका रुपमा विकास गर्ने लक्ष्य राखिएको बताउनुहुन्छ । उहाँका अनुसार, "हामीले चिनाकोट र यस क्षेत्रका सम्पदालाई व्यवस्थित गर्दै दीगो पर्यटन प्रवर्द्धनमा लगानी बढाएका छौं ।" चिनाकोट घुम्नु भनेको केवल हिमाली सौन्दर्य अवलोकन गर्नु मात्र होइन, नेपालकै इतिहासको पाना पल्टाउनु हो । यहाँको हावामा इतिहासको सुवास छ, र यहाँका ढुंगामा समयको कथा । भत्केका पर्खाल र रानी बस्ने ढुंगाले पनि विगतका कथाहरु बिसाउँछन् । आज जब चिनाकोट नयाँ रुपले चम्किन थालेको छ, यसको संरक्षण र प्रवर्द्धनको जिम्मेवारी राज्य, स्थानीय निकाय र समुदाय सबैको साझा दायित्व हो । चिनाकोट केवल एउटा ठाउँ होइन – यो म्याग्दीको गौरव, मगर पहिचानको प्रतीक र भविष्यको सम्भावना हो । यसलाई बुझ्ने, बचाउने र संसारलाई चिनाउने जिम्मा हामी सबैको हो ।

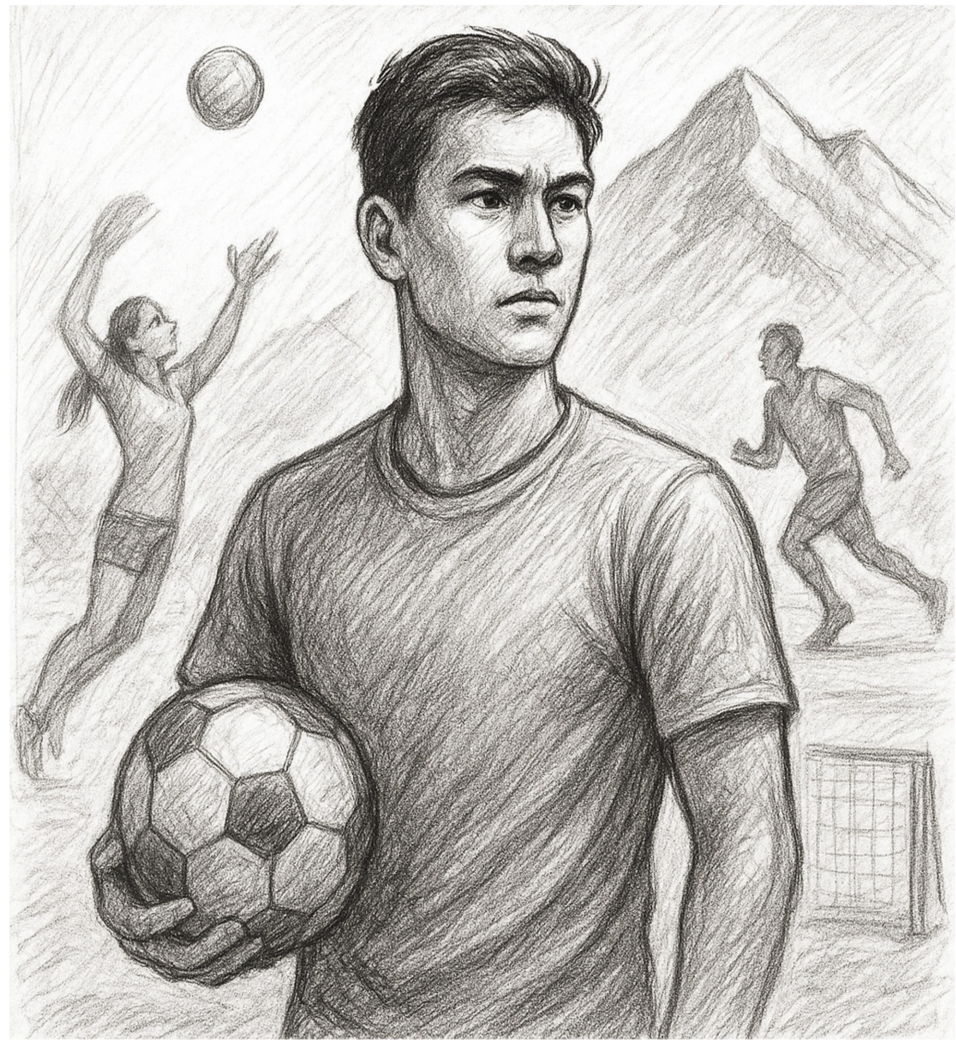
म्याग्दीको खेलकुद बिकास खेलाडी र सम्भावना

अमृत बास्कुने

नेपालको कान्छो हिमाली जिल्ला म्याग्दीको खेलकुदको बिकासका साथै खेल पूर्वाधार हरूको विकासका लागि पनि थोरै भन्दा पनि दिर्घकालिन योजना बनाएर अगाडी बढ्न सकियो भने सहज र नतिजामुखी काम हुन सक्छ । म्याग्दीलाई सबैका लागि पहुँचयोग्य, दिगो र प्रतिभाले भरिपूर्ण खेल जिल्ला नै बनाउन सक्ने सम्भावनालाइ नकार्न सकिदैन । जहाँ आधारभूत संरचना, प्रशिक्षक क्षमता, विद्यालय तथा समुदाय सतहमा प्रतियोगिता र प्रतिभा पहिचानको योजना नै बनाएर काम गरेर अगाडी बढ्न सकिने सम्भावना रहन्छ । यसका लागि दिर्घकालिन लक्ष र खेल संरचना तथा पूर्वाधारहरू निर्माण गर्न पनि हामी पछि पर्नु हुँदैन ।

जिल्लाको खेल बिकासका लागि ५ वर्षभित्र जिल्लाभर किशोर किशोरीका लागि रोजगारीयोग्य खेल संरचना र नियमित तालिम कार्यक्रम स्थापना गर्ने सोच सहित योजना बनाइनु पर्छ । खेलेरै खान पुग्दैन भन्ने मान्यताले पनि खेल क्षेत्रमा लाग्नेको संख्या कम हुने गरेको हो । यसका लागि विद्यालय-स्तरबाट जिल्ला प्रदेश राष्ट्रिय स्तरसम्म प्रतियोगीतामा भाग लिने खेलाडी उत्पादन गर्न सकिन्छ । यसकालागि निकै उत्तम भनेको हरेक वर्ष हुने राष्ट्रपति रनिङ शिल्ड प्रतियोगिता पनि एउटा खुड्कीलो हो । बिद्यालयबाट छनौट भएर स्थानीयतहको खेल खेल्दै जिल्ला प्रदेश अनि राष्ट्रिय स्तरको राष्ट्रपति रनिङ शिल्ड खेल्ने खेलाडिहरूलाई केही सुविधा दिएर तालिममा सहभागी बनाउन सकिने हो भने उनीहरूबाट राम्रो सम्भावना सहितको मजबुत प्रतिभा निकाल्न सकिन्छ ।

जिल्ला भित्र आफ्नै प्रयासमा स्थानियले निर्माण गरेका खेल पूर्वाधारलाई ब्यवस्थित गरेर सञ्चालन गर्ने हो भने पनि धेरै हद सम्म खेल अभ्यासका लागि सहज हुन्छ । ताकम दरवाङ बाबियाचौर तातोपानी सिंगा लगायतका क्षेत्रमा स्थानीयको अग्रसरतामा बनेका कबर्डहलहरूलाइ स्तरोन्नती गर्ने र थप ब्यवस्थित गर्न आवश्यक रहन्छ । इन्डोर खेलकुदहरू जस्तोकी मार्सल आर्ट तथा ब्याडमिन्टनका लागि ति संरचनाको उचित प्रयोग गरेर अगाडी बढ्न सकिन्छ । त्यसैगरी धवलागिरी गाउँपालिका मालिका गाउँपालिका मंगला गाउँपालिका



तथा बेनी नगरपालिकामा रहेका खेल मैदानको स्तरोन्नती आवश्यक छ । मालिकाको छ्यारछ्यारे तथा देविस्थान खेल मैदान, मंगलाको कैलासफाँट लामपाटा तथा बाबियाचौर एवम् बरंजामा रहेका खेल मैदानहरू । बेनी नगरपालिकाको रत्नेचौर, बेनी खुल्लामञ्च, सुर्केमेला तथा चुत्रेनी खेल मैदान सम्भावना बोकेका मैदानहरू हुन् । रत्नेचौर र सुर्केमेला क्रिकेट मैदानका रूपमा बिकास गर्न सकिन्छ भने बेनी र चुत्रेनी फुटबल मैदानका रूपमा बिकास गर्न उत्कृष्ट सम्भावना छ । बेनी बजारकै कबर्डहललाइ पनि अझै थप ब्यवस्थित तबरले सञ्चालन गर्न सकिन्छ ।

जिल्लाको सबै क्षेत्र पायक पर्ने गरी कम्तीमा ५ ठूला खेलमैदान तथा इन्डोर हल निर्माण र मर्मत गरेर सञ्चालन गर्न आवश्यक रहन्छ । अन्नपुर्ण गाउँपालिका र रघुगंगा गाउँपालिकाको केन्द्र नजिक त्यो प्रकारको पूर्वाधार आवश्यक रहन्छ भने अन्य चार पालिकामा पनि सबैलाइ पायक पर्ने गरी निर्माण आवश्यक छ । रघुगंगाको पिप्लेमा खेलग्राम बिस्तार गर्न सकिन्छ भने अन्नपुर्णको पनि चित्रेमा हाइअल्टिच्युट खेल मैदान सम्भावना छ । रघुगंगा गाउँपालकिा, मंगला गाउँपाललिका र बेनी नगरपालिकाको संगम पर्ने टोड्केमा पनि हाइअल्टिच्युट खेल मैदान निर्माणले देशकै लागि ठूलो योगदान दिने काबिलियत राख्दछ । खेल पूर्वाधार निर्माण गर्दा महिलाहरू र दुर्गम स्थानका बालबालिकाको पहुँचमा वृद्धि हुने भएकाले पनि त्यता तिर सबै पक्षले ध्यान दिनु जरूरी हुन्छ । टोड्केमा रहेको खेल मैदानमा २०७३ मा ह्याण्डबलका राष्ट्रिय खेलाडीहरूको टोली नै आएर अभ्यास पनि गरेका थिए । त्यसले पनि के देखाउँछ भने केही सम्भावना भएरै त्यहाँ पुगेर खेलाडीहरूले अभ्यास गरेका हुन् ।

समग्रतामा हेर्दा जिल्लाको हालको अवस्था हेर्दा बेनी नगरपालिका १ रत्नेचौरमा रहेको खेल मैदान ब्यवस्थित गर्न सकेको खण्डमा क्रिकेट खेल्न मिल्ने गरी नै मैदान तयार हुन्छ । विगतमा विभिन्न खेल आयोजना गरिएको उक्त मैदानमा विभिन्न अन्य प्रतियोगिता साथै राष्ट्रपति रनिङ्ग शिल्ड विद्यालयस्तर प्रतियोगिता आयोजना गर्नका लागि पनि निकै सुटेबल रहेको छ । हाल भै रहेको मैदानमा केही क्षेत्रफल थप गर्न सकेको खण्डमा उत्कृष्ट मैदान हुन्छ र त्यसका लागि जमिन पनि रहेको छ । त्यसलाई थप ब्यवस्थीत गर्नका लागि मैदानको छेउमा रहेको मन्दीर स्थान्तरण गर्नुका साथै आँपका बोटहरूलाई काट्नु पर्ने देखिन्छ । त्यसो गरेको खण्डमा अन्तर्राष्ट्रिय मापदण्डकै मैदान तयार हुने सम्भावना देखिन्छ ।

कुनै पनि स्थानमा उचित पूर्वाधार भयो भने त्यस क्षेत्रमा खेलकुदको बिकास र खेलाडीको प्रतिभामा निखार आउँछ नै । रत्नेचौरको त्यही मैदानमा अभ्यास गरेका जास्मीन थापा अहिले बैदेशीक रोजगारीमा जापानमा छन् । उनी फ्रेन्चाइज क्रिकेटमा उच्च मूल्यमा विक्री भएका पनि थिए । पोखरामा भएको माछापुच्छ्रे लिगको उच्च मूल्यमा बिक्रि भएका थापा अलराउण्डटर थिए ।

अन्नपूर्ण गाउँपालिकाको पाउद्वार तथा चित्रेमा रहेको खेलमैदानलाइ पनि स्तरोन्नती गरेको खण्डमा विभिन्न अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगिताहरूमा सहभागी हुनु पहिला हाइअल्टिच्युट तालिमका लागि निकै मौसम सुहाउँदो हुन्छ । त्यसैगरी अन्नपूर्णकै नागीमा रहेको खेल मैदान पनि हाइअल्टिच्युट मैदानका रूपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

म्याग्दी जिल्ला भलिबल संघले पनि आफ्नै लगानीमा भलिबल

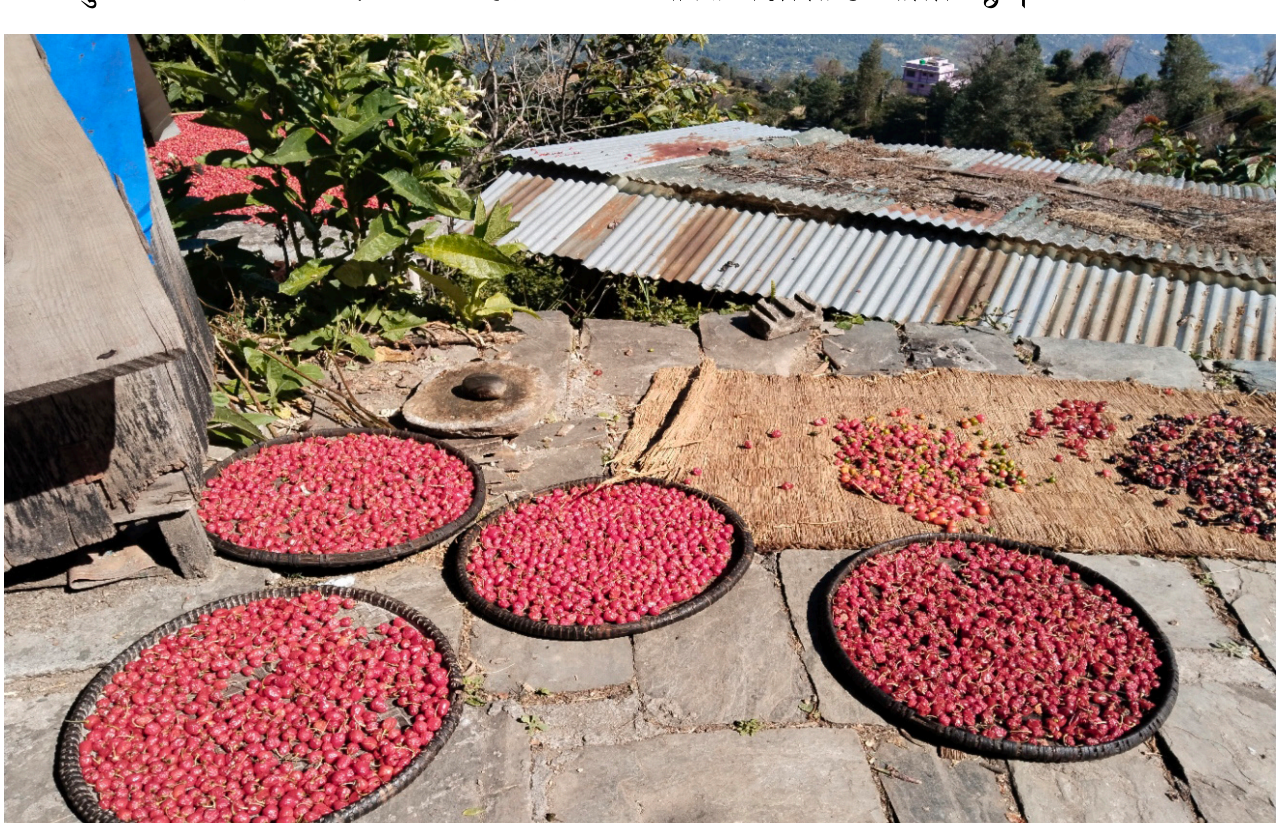
बाँकी पाँचौं पृष्ठमा

युकेको भिसा छोडेका लालबहादुरको खुर्सानी खेती

तीन वर्ष वैदेशिक रोजगारी सकेर फर्किनुभए पछि कृषि कर्ममा लाग्नु भएका पुनले अहिले अकबरे खुर्सानी उत्पादन गर्नुभएको छ । वैदेशिक रोजगारी त्यागी स्वदेशमै कृषिकर्मलाई रोज्नु भएका बेनी नगरपालिका-३ भकिम्लीका लालबहादुर पुनले १३ क्वीन्टल अकबरे खुर्सानी उत्पादन गर्नुभएको हो ।

फलफूल तथा तरकारीबालीमा सक्रिय रहनुभएका पुनलाई पछिल्लो पटक बेलायत (युके) जाने भिसा लागेको भए पनि उहाँ विदेशीनु भएन । विदेश जानु सट्टा गाउँमै बसेर कृषि ब्यवसाय सुरू गर्नुभएका पुनले फलफूल तथा तरकारी खेती नै अंगाल्दै आउनु भएको छ । युकेको भिसा लाग्दा पनि नजाने भनेर गाउँघरमा धेरैले कुरा काटेको भए पनि अहिलेको कृषि कर्म देखेर आफैलाई खुशी लाग्ने गरेको उहाँले सुनाउनुहुन्छ । तीन वर्ष विदेश बसें त्यस पछि का १६ वर्ष यही मेहनत गरेर बसेको छु उहाँले भन्नुभयो । बन्दागोपी बेचेर सकें अहिले खुर्सानीको सिजन छ, खुर्सानी पछि किबि हुन्छ उहाँले सुनाउनुभयो ।

लालबहादुरले यस वर्ष उहाँले उत्पादन गरेको अकबरे खुर्सानी १० क्वीन्टल बिक्री गरी सक्नु भएको छ । प्रतिकेजी दुई सय रूपैयाँका दरले बिक्री गरेको र अझै पनि करिब तीन क्वीन्टल हाराहारी खुर्सानी टिप्नै बाँकी रहेको अनुमान उहाँको छ । बेनी नगरपालिका ३ भकिम्लि सिममा तीन रोपनी क्षेत्रफलमा अकबरे खुर्सानी लगाउनु भएको छ । उहाँले उत्पादन गरेको खुर्सानी म्याग्दी जिल्ला सदरमुकाम बेनी, बागलुङ, पोखरा र पर्वतको कुश्मा तथा बाच्छा लगायतका बजारमा पठाइएको लालबहादुरकी श्रीमती चन्द्रकली छन्त्यालले बताउनुभयो ।



हाम्रो वडामा कृषि कर्ममा लागेर राम्रो आम्दानी गर्ने लालबहादुर एक मेहनती ब्यक्ती हुन् बेनी नगरपालिका ३ का वडा अध्यक्ष पदम पुनले बताउनुभयो । उहाँले भन्नुभयो लालबहादुरले आफ्नै घरमा बसेरै परिवार पाल्ने मात्रै नभएर शिक्षादिक्षाका लागि पनि महत्वपूर्ण कार्य गर्दै आफ्नै ठाउँलाई खनीखोस्री गरेर राम्रा आम्दानी गर्ने गर्नुभएको छ ।

वडा अध्यक्ष पुनका अनुसार लालबहादुरले घरमै बसेर परिवारसहित कृषिमा गरेको मेहनतका कारण वार्षिक १० लाख रूपैयाँभन्दा बढी आम्दानी गर्दै आउनु भएको छ । उहाँले भन्नुभयो, "लालबहादुरले देखाएको उदाहरणले स्वदेशमै पनि राम्रो आम्दानी र सम्मान प्राप्त गर्न सकिन्छ भन्ने सन्देश दिएको छ ।"

कृषि ज्ञान केन्द्र म्याग्दीका प्रमुख सञ्जिब बाँस्तोलाले लालबहादुरको खुर्सानीका लागि आवश्यक प्राविधिक सहयोग उपलब्ध गराएको बताउनुभयो । उच्च पहाडी क्षेत्रमा हुने अकबरे खुर्सानी उत्पादनका हिसाबले निकै राम्रो तबरले भकिम्लिमा भएको उहाँको भनाई छ । कृषिका लागि मेहनत गर्नुपर्छ र लालबहादुरले उत्कृष्ट तबरले मेहनत गरेको कारणले नै सफलता हात लागेको बाँस्तोलाको भनाई छ । उहाँले भन्नुभयो खुर्सानी उत्पादन यस वर्ष निकै राम्रो गर्नुभएका लालबहादुरले किविको उत्पादन पनि राम्रो गर्नेगर्नुभएको बताउनुभयो ।

कृषिसँगै पुनले फलफूल तथा ब्यवसायिक खेतीमा पनि रूचि देखाउनु भएको छ । उहाँको बगानमा हाल २५० वटा किवीका बोट रहेका छन् । साथै गाउँमै सञ्चालन गरिएको फर्निचर ब्यवसायबाट पनि उहाँले उल्लेख्य आम्दानी गर्न सफल भएको वडा अध्यक्ष पुनको भनाई छ ।

पुनकी श्रीमती ४२ वर्षीया चन्द्रकली छन्त्याल कृषि तथा घरेलु काममा सक्रिय रहँदै श्रीमानलाई साथ दिँदै आउनु भएको छ । उहाँहरुको १३ वर्षका छोरा र १७ वर्षीया छन् ।

कृषिकर्मबाट आत्मनिर्भर बन्न सफल पुनले आगामी वर्ष उत्पादन विस्तार गरी २० क्विन्टलसम्म अकबरे खुर्सानी उत्पादन गर्ने लक्ष्य राखिने बताउनुभयो । पुन भन्नुहुन्छ गाउँमै बसेर इमान्दारिपूर्वक काम गर्न सके विदेशै जानु पर्छ भन्ने छैन ।

स्थानीयवासीले पुनजस्ता युवा अवस्थाकै नागरिकहरूले कृषिमा देखाउने सक्रियताले गाउँमा कृषि उद्यमशीलताको वातावरण विस्तार भइरहेको छ ।

विपद् व्यवस्थापनमा सहयोगी बनौं

- विपदले आपतकालीन अवस्था सृजना गर्न सक्छ ।
- विपदमा धनजनको क्षतिका साथै जीवनयापनमा प्रतिकूल असर पर्न सक्छ ।
- विपदबाट प्रभावितको जीवनरक्षाका लागि सहयोग गरौं ।
- भौगोलिक र मौसमी अवस्थाको प्राप्त सूचनाबाट विपदको बारेमा सचेत रहौं ।
- भ्रमपूर्ण सूचनाबाट सजग रहौं ।
- विपद परेमा स्थानीय तह वा स्थानीय प्रशासनलाई जानकारी गराऔं ।
- विपद प्रभावितलाई सुरक्षित स्थानमा लैजाऔं ।
- विपदको अवस्थामा आवश्यक पर्ने दैनिक उपभोग्य वस्तुको सञ्चय गरौं ।
- बालबालिका, ज्येष्ठ नागरिक र विशेष अवस्थाका मानिसलाई विशेष हेरविचार र संरक्षण गरौं ।
- उद्दार, राहत र पुर्नस्थापनामा सहभागी बनौं ।

हरिनास गाउँपालिकाको कार्यालय
स्याङ्जा

दिदीबहिनी सहकारीको मुठ्ठीदान

बेनीको दिदीबहिनी बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लिमिटेड म्याग्दीले मानवसेवा आश्रम बागलुङको भवन निर्माणार्थ सञ्चालित श्रीमद् भागवत सप्ताह ज्ञानविज्ञान महायज्ञलाई मुठ्ठीदान अभियानमार्फत ५५ हजार पाँच सय ५५ सहयोग गरेको छ । वित्तिय कारोबारसँगै सेयर सदस्यबाट संकलन गरिएको सहयोगमार्फत मानबीय तथा सामाजिक कार्यमा समेत खर्चिने गरेको सहकारीले महायज्ञको पाँचौं दिन अध्यक्ष सुगम श्रेष्ठको नेतृत्वमा गएर उक्त सहयोग गरेको हो ।

सहकारीकी अध्यक्ष श्रेष्ठले सडकआश्रीत मानवको संरक्षणमा आश्रमले खेलेको भुमिकाको उच्च प्रशंसा गर्दै सहयोग गरिएको बताउनुभयो । बि.स २०७० साल माघ २५ गतेबाट मुठीदान अभियान सञ्चालन गरेको सहकारीले यसअगाडी विपन्न, हिंसामा परेका महिलाका साथै विभिन्न क्षेत्रमा सहयोग गरेको छ ।

महायज्ञबाट प्राप्त रकम मानवसेवा आश्रम बागलुङको भवन निर्माणमा लगाईने र १० करोड रुपियाँ बराबरको अक्षयकोष निर्माण गर्ने लक्ष्य लिइएको मानवसेवा आश्रमका केन्द्रिय अध्यक्ष रामजी अधिकारीले बताउनुभयो । निर्माणाधिन भवनमा हालसम्म करिब पाँच करोड रुपियाँ खर्च भइसकेको र कार्य सम्पन्न गर्नका लागि अझै चार करोड रुपियाँको आवश्यकता रहेको छ ।

रेश्मा विकलाई इशा फाउण्डेशनको सहयोग

बेनी नगरपालिका-४, बास्कुनाका सामाजिक सामाजिक अभियन्ता ईन्द्रबहादुर थापा र सबी थापाले स्थापना गरेको संस्था इशा फाउण्डेशनले पढाइमा अब्बल रहेकी रेश्मा बिकलाई म्याग्दी बहुमुखी क्याम्पसमा स्नातक तहको ४ बर्षसम्म पढ्नका लागि वार्षिक ४० हजार नगद सहयोग गर्नुभएको हो ।

म्याग्दीको अन्नर्पूर्ण गाउँपालिका-५, उपल्लो स्वारा शिखकी विकलाई अमेरिकामा उहाँहरूले स्नातक तहका लागि आवासीय सहित शैक्षिक अभिभावकत्व ग्रहण गर्नुभएको हो ।

म्याग्दी बहुमुखी क्याम्पस पर्व विद्यार्थी संघको आयोजनामा इशा फाउण्डेशनकी म्याग्दीकी प्रतिनिधि चन्द्रा घलेले उक्त सहयोग हस्तान्तरण गर्नुभएको थियो ।

धनजनता मावि विजेता

पालिका स्तरीय छैठौं राष्ट्रपति रनिङ्ग शिल्ड खेलकुद प्रतियोगितामा फलीयागाउँको धजनजता मावि बिजयी भएको छ । धवलागिरी गाउँपालिकाको आयोजनामा तीन दिन सम्म सञ्चालन भएको प्रतियोगितामा १३ स्वर्ण, पाँच वटा रजत र तीन कास्य पदक जित्दै बिजेता भएको हो ।

दोस्रो भएको ताकम माविले सात स्वर्ण, चार रजत र पाँच कास्य तथा तेस्रो भएको हेम नमुना आवासीय माविले दुई स्वर्ण, छ छ वटा रजत र कास्य पदक जितेको थियो ।

बिजेताले नगद ६० हजारको साथमा रनिङ्ग शिल्ड, ट्रफी, र प्रमाणपत्र प्राप्त गरेको छ । दोश्रो र तेश्रो हुने विद्यालयलाई ट्रफी, प्रमाणपत्र सहित नगद ४० हजार र ३० हजार प्रदान गरिएको छ । १२ वटा विद्यालयका विद्यार्थीहरुबीच एथलेटिक्स र भलिबल गरी कुल २८ स्वर्ण पदकका लागि प्रतिस्पर्धा भएको थियो । जिल्ला समन्वय समितिका कार्यवाहक प्रमुख डिलकुमारी खत्री, गाउँपालिकाका अध्यक्ष प्रेमप्रसाद पुन, प्रतियोगिता संयोजक तथा ताकमका वडा अध्यक्ष अशोक खत्री लगायतले पुरस्कार वितरण गर्नुभएको थियो ।

सिंगा र तातोपानीमा बजार अनुगमन

जिल्ला प्रशासन कार्यालय म्याग्दी, उद्योग तथा पर्यटन कार्यालय, प्रहरी, उद्योग वाणिज्य संघको टोलीले सिंगा, ठूलोखोला र तातोपानी बजारको अनुगमन गरेको हो । अनुगमनका क्रममा ब्यापारीले बिक्रीका लागि राखेका म्याद नाघेका बस्तु जफत गर्नुका साथै सुधारका लागि निर्देशन दिएको उद्योग तथा पर्यटन कार्यालयका कम्प्युटर सहायक सन्तोष ढुंगानाले बताउनुभयो । पेय पदार्थ, चिउरा, बिस्कुट लगायत म्याद नाघेका बस्तु बिक्रीका लागि राखेका पाइएको थियो ।

खगेन्द्र खत्री लाल युवा क्लबको अध्यक्ष

लाल युवा क्लबको अध्यक्षमा पुन म्याग्दीको मंगला गाउँपालिका १ पुर्णगाउँका खगेन्द्र खत्री चयन हुनुभएको छ । सामाजिक संगै खेलकुद क्षेत्रका सक्रिय युवा क्लबको अध्यक्षमा तेस्रो कार्याकालका लागि पुन खत्रीको नेतृत्वमा नयाँ कार्य समिति चयन भएको हो ।

साप्ताहिक राशीफल

मिति :- २०८२/०७/२८ देखि ८ / ४ सम्म

मेष - Aries चु, चे, चो, ला, लि, लु, ले, लो, अ
सुरुमा चुनौती पन्छाएर काम बनाउन सकिनेछ। मिहिनेतले अवसर दिलाउनेछ भने लगनशीलताले लक्ष्यमा पुर्याउनेछ। विवाद तथा मुद्दाहरुमा पनि आफ्नो पक्ष बलियो रहनेछ। प्रतीक्षा गरिएको उपलब्धि प्राप्त हुनेछ। व्यापार बढ्नुका साथै व्यवसायमा लाभ हुनेछ। भौतिक साधन जुट्नाले आम्दानी बढ्ने काम प्रारम्भ हुनेछ। प्रेमको बन्धन कसिनेछ र आतिथ्यपूर्ण सत्कार पाइनेछ। बिहीवारदेखि स्वास्थ्य र धन जोगाउन सजग रहनुहोला। मनको डरले पनि अलि सताउनेछ। सानो काममा अलमलिनुपर्दा अवसर गुम्न सक्छ।

वृष - Taurus इ, उ, ए, ओ, बा, बि, बु, बे, बो
साता उत्साहवर्द्धक रहनेछ। मिहिनेतले अध्ययनमा सफलता दिलाउनेछ। व्यवसायका लागि यात्रा सम्भावना छ। प्रतिस्पर्धाको दौडमा सहयात्रीहरुलाई सजिलै उछिन्न सकिनेछ। विभिन्न अवसरले पछ्याउनेछन्। शत्रु र प्रतिस्पर्धी पछि पर्नेछन् भने बाधाहरु स्वतः हट्नेछन्। रचनात्मक कामतर्फ अग्रसर भइनेछ। मित्रता र प्रेमको बन्धन कसिलो हुनेछ। मिहिनेतले जीवनशैलीमा परिवर्तन ल्याउन सकिनेछ। भौतिक साधन जुट्नाले सोख पूरा हुनेछ। सप्ताहान्तमा भने केही समस्या आउनेछन्। स्वास्थ्य समस्याले सताउन सक्छ।

मिथुन - Gemini का, कि, कु, घ, ङ, छ, के, को, ह
सुरुमा आफन्तजन टाढिनाले परिस्थिति अलि प्रतिकूल रहला। काम बिग्रने भयले सताउन सक्छ। शुभचिन्तकहरुको सुझावलाई मनन गर्नुहोला। सोमवार साँझदेखि स्थितिमा सुधार आउनेछ। हिम्मतले काम बन्नेछ, अनुभवले ज्ञान बढ्नेछ भने मेहनतले आम्दानीको दिगो स्रोत जुट्न सक्छ। आँट र प्रतिभाद्वारा अरुलाई उछिन्न सकिनेछ। दिगो काम प्रारम्भ हुनेछ। प्रतिस्पर्धीहरुले सम्झौताको ढोका खोल्नेछन्। मिहिनेतले लक्ष्यमा पुर्याउनेछ। व्यवसायका लागि यात्रा गर्ने साइत जुर्नेछ। प्रेम र मित्रताको बन्धन कसिलो हुनेछ।

कर्कट - Cancer हि, हु, हे, हो, डा, डि, डु, डे, डो
प्रारम्भमा पहिलेको उपलब्धि प्राप्त हुनेछ। व्यापार बढ्नेछ र लोकप्रिय काम गर्दै मनग्य दाम समाउने सौभाग्य प्राप्त हुनेछ। दिगो काम शुभारम्भ हुन सक्छ। सोमवारपछि बाहिरी कामभन्दा घरेलु काममा समय दिनुपर्ला। सहयोगको आशा देखाउनेहरुले कुरा बदल्न सक्छन्, समयमा काम सक्न समस्या पर्नेछ। विद्यार्थीहरुको अध्ययनमा बाधा पर्ने देखिन्छ। काम रोकिनाले पेसा-व्यवसायमा पनि सोचेको उपलब्धि नहुन सक्छ। सप्ताहान्तमा स्थिति अनुकूल बन्नाले फाइदा हुनेछ। प्रतिस्पर्धाको दौडमा अग्रस्थान हासिल हुनेछ।

सिंह – Leo मा, मि, मु, मे, मो, टा, टि, टु, टे
पहिलेको कर्मफल प्राप्त हुनाले साता उत्साहवर्द्धक रहनेछ। बोलीको माध्यमले काम बन्नेछ। कार्यशैलीमा पनि सुधार ल्याउन सकिनेछ। अध्ययन र लेखनशैलीमा सुधार आउनेछ। आँट गर्दा काम बन्नेछ। छोटो समयमै विशेष उपलब्धि प्राप्त हुनेछ। जुझारू कार्यशैलीले लक्ष्यमा पुर्याउनेछ। चुनौतीलाई अवसरमा बदल्न सकिनेछ। बिहीवारदेखि केही उतारचढाव आउलान्। परिस्थितिले समयको महत्त्वबोध गराउनेछ। घरेलु समस्यामा सावधान रहनुहोला। कुरा लगाउनेहरुले सम्बन्धमा फाटो ल्याउन सक्छन्, सजग रहनुहोला।

कन्या - Virgo टो, प, पि, पु, ष, ण, ठ, पे, पो
रमाइलो भेटघाटले प्रारम्भ उत्साहवर्धक रहनेछ। आँट र मेहनतले प्रतिष्ठित काम गर्ने अवसर दिलाउनेछ। स्वादिष्ट खानपानको आनन्द प्राप्त हुनेछ। मंगलवार र बुधवार बोली-व्यवहारमा सजग रहनुहोला। कुरा लगाउनेहरुले सम्बन्धमा फाटो उत्पन्न गर्न सक्छन्। सानो असमझदारीले पनि सम्झौता टुंग्याउन सक्छ। बिहीवारदेखि शुभचिन्तकहरुको साथ जुट्नाले काम बन्नेछ। पराक्रम बढ्नेछ र मिहिनेतले प्रतिष्ठित काम गर्ने अवसर दिलाउनेछ। तर अरुको भरपर्दा काम रोकिन सक्छ। आफ्नाबाट अलि सावधान रहनुहोला।

तुला - Libra र, रि, रू, रे, रो, ता, ति, तु, ते
प्रारम्भमा खर्च बढ्नाले अर्थ अभाव देखा पर्न सक्छ। लगानी परे पनि लाभ नहुने कामको जिम्मेवारी सम्हाल्नुपर्ला। मिहिनेत परे पनि मंगलवारदेखि उपलब्धिको मार्ग पहिल्याउन सकिनेछ। सहयोगीहरुले साथ दिनेछन्। तर आगन्तुकहरुले अलमल्याउन सक्छन्। समय अभावले लक्ष्य साधनामा पछि परिनेछ। मान्यजनको सुझावलाई बेवास्ता गर्दा समस्या पर्ला। केही विवादास्पद काममा अलमल हुनेछ। फजुल खर्च बढ्न सक्छ। तापनि सप्ताहान्तमा दिगो काम थालनी हुनेछ। सहयोगीहरु जुट्नाले काममा पनि सफलता मिल्नेछ।

वृश्चिक - Scorpio तो, ना, नि, नु, ने, नो, या, यि, यु
प्रारम्भ लाभदायक रहनेछ। पेसा-व्यवसायमा आम्दानी बढ्नेछ। दिगो काम थालनी हुनेछ। व्यापारमा पनि मनग्य लाभांश बढ्नेछ। सोमवार साँझदेखि खर्चिलो कामले रकम बाहिरिन सक्छ। व्यवहारमा पनि खर्च गर्नुपर्ने स्थिति आउनेछ। केही अप्ठ्यारा परिस्थितिसँग सम्झौता गर्नुपर्ला। कामको बोझ पनि बढ्न सक्छ। आफन्तहरु टाढा हुनेछन्। तापनि बिहीवारदेखि परिस्थिति अनुकूल बन्नेछ र काम गर्ने मौका प्राप्त हुनेछ। रमाइलो भेटघाट हुनेछ। साथ दिनेहरु प्रशस्तै फेला पर्नेछन्। वादविवादमा भने अघि नसर्नुहोला।

धनु - Sagittarius ये, यो, भ, भि, भु, ध, फा, ढ, भे
काममा साथ दिनेहरु प्रशस्तै भेटिनेछन्। विशिष्ट व्यक्तिसँग भेटघाट गर्ने अवसर जुट्नेछ। लगनशीलताले दाम, इनाम एवं प्रतिष्ठा दिलाउनेछ। सानो प्रयत्नले ठूलो काम बन्न सक्छ। व्यवसायबाटै आर्थिक स्थिति उकास्ने समय छ। काम देखाएर उपलब्धि हातपार्ने समय छ। परिश्रमअनुसार राम्रै प्रतिफल पाइनेछ। तर मंगलवारदेखि खर्चसमेत बढ्नाले आर्थिक अभाव देखापर्नेछ। पहिलेका योजनाहरु अधुरै रहनेछन्। तापनि, सप्ताहान्तमा स्थिति अनुकूल बन्नेछ। आफन्तजनको साथ, सहयोग जुट्नेछ। रोकिएको काम पनि बन्नेछ।

मकर - Capricorn भो, ज, जि, खि, खु, खे, खो, गा, गि
सामाजिक क्षेत्रबाट हौसला प्राप्त हुनेछ। पहिलेको उपलब्धिले उत्साह जगाउनेछ। प्रतिष्ठित काम हातपार्न सफल भइनेछ। नयाँ कामतर्फ अग्रसर भइनेछ। तारिफयोग्य कामले लोकप्रियता दिलाउनेछ। विशिष्ट व्यक्तिसँग मित्रता बढ्नेछ। चिताएको काम बन्नाले मनग्य धनलाभ हुनेछ। सानो प्रयत्नले राम्रो उपलब्धि हातलागी हुनेछ। नोकरी तथा दिगो काम प्रारम्भ हुन सक्छ। सप्ताहान्तमा भने मिहिनेतको फल अरुले हत्याउने चेष्टा गर्नेछन्। केही फजुल खर्च बढ्नेछ। यात्राको साइत जुर्न सक्छ। आर्थिक लगानीको अवसर जुट्नेछ।

कुम्भ - Aquarius गु, गे, गो, सा, सि, सु, से, सो, द
प्रारम्भमा व्यावहारिक कठिनाइ देखा पर्न सक्छ। स्वास्थ्यमा पनि कमजोरी अनुभूति हुनेछ। आफ्ना काममा अरुको सहयोग लिनुपर्ला। मंगलवारदेखि स्थितिमा सुधार आउनेछ। केही समय अरुका काममा अलमलिनुपरे पनि मिहिनेतले अवसर दिलाउनेछ। पेसा-व्यवसायमा विशेष फाइदा उठाउन सकिनेछ। नयाँ काम थालनी हुनेछ। विशिष्ट व्यक्तिसँग मित्रता बढ्नेछ। पदीय जिम्मेवारी प्राप्त हुनुका साथै समुदायको हितमा राम्रै काम गर्न सकिनेछ। सप्ताहान्तमा आयस्रोत सबल बन्नेछ। परिश्रमअनुसार राम्रै फल पाइनेछ।

मीन - Pisces दि, दु, थ, झ, ञ, दे, दो, च, चि
शुभचिन्तकहरुको सहयोगले साताको प्रारम्भ उत्साहवर्द्धक रहनेछ। रमाइलो यात्राका बीच आतिथ्यपूर्ण सम्मान प्राप्त हुनेछ। मित्रता र प्रेमको बन्धन कसिलो हुनेछ। सोमवार साँझदेखि केही जोगिएर मात्र काम गर्नुपर्ला। अरुका लागि रकम र समय खर्च हुन सक्छ। स्वास्थ्यमा पनि कमजोरी देखापर्नेछ। तापनि समस्या दर्साउँदा सहयोगीहरुले साथ दिनेछन्। शुक्रवारसम्म अर्थका हिसाबले समय कमजोर रहनेछ। बुद्धिको उपयोगले समस्या सुल्झाउन सकिनेछ। सप्ताहान्तमा कर्मयोगले उचाइको मार्ग अवलम्बन गर्नेछ।

म्याग्दीको......

खेल्न मिल्ने गरी कवर्डहल निर्माणको प्रायस गरी रहेको छ र त्यसका लागि अभियान पनि थालेको छ । राज्यको निकायबाट भएका केही प्रयास सफल हुन सके सकेनन् भन्ने तर्फ जानु भन्दा पनि निजी क्षेत्र र खेल संघहरूले गरेको प्रयास निकै उच्च गतिको देखिने गरेको छ । जिल्लामा रहेका कराँते संघ तेक्वान्दो संघ तथा उसु संघहरूले पनि खेल विकासका लागि प्रयास गरेको देखिन्छ । खेल संघको अगुवाइमै हुने नेपाल प्रिमियर लिग र क्रिकेट एसोसियन अफ नेपालको अग्रसरतामा भएको त्रिभुवन विश्वविद्यालय क्रिकेट मैदानको हालको अवस्थाले पनि देखाउँछ ।

म्याग्दीमा मार्सल आर्ट तर्फको तेक्वान्दोका लागि जिल्ला खेलकुदमा स्थायी प्रशिक्षक हुँदा पनि उक्त खेल जिल्ला ब्यापी हुन सकेको छैन । पछिल्लो २ वटा राष्ट्रपति रनिङ शिल्डमा उसु तर्फ तीन वटा स्थानीयतहबाट खेलाडीहरू सहभागी भएको भएतापनि मार्सलआर्ट बिधाका अन्य खेल भने हुन सकेका छैनन् । राज्यको तर्फबाट स्थायी कर्मचारी हुँदै गर्दा पनि उक्त खेल सदरमुकाम भन्दा बाहिर निस्कन नसक्नु दुखद् पक्कै हो । स्वयंसेवक प्रशिक्षककै प्रयासमा हुने कराँते र उसुको तुलानामा तेक्वान्दो खेल अलिक उच्च गतिको हुनु पर्ने हुन्थ्यो तर त्यो हुन सकेको छैन ।

राज्यको तर्फबाट उचित तलबभत्ता सहितको प्रशिक्षकले समेत त्यो खेललाई उचाई दिन नसक्नु भनेको अख्तियारको दुरूपयोग हो । जुन कार्य गर्ने भनेर राज्यको तर्फबाट सेवा सुविधा लिएको छ तर त्यही काम भएन भने त्यो पक्कै पनि अख्तियारको दुरूपयोग नै हो ।

जिल्लाको खेलकुद विकासका लागि भौतीक संरचनाको अवस्थाको मुल्याङ्कन गरी त्यस अनुसार काम अगाडी बढाउनु पर्ने हुन्छ । त्यसका लागि सबै विद्यालय, सार्वजनिक निजी खेलमैदान, क्लब, प्रशिक्षक तथा रेफ्रीको सूची बनाएर आवश्यकताको आधारमा प्राथमिकिकरण गरेर अगाडी बढेको खण्डमा यसले नतिजा दिने खालको काम गर्न सकिन्छ ।

पहिलो चरणमा म्यापिङ गरेर कुन ठाउँमा कस्तो खेलमैदान छन् भनेर टुंगो भए पछि अन्यत्र के कति र के कसरी निर्माण गर्ने भनेर योजना बनाउनु पर्छ । सारदा माध्यमिक विद्यालय छिस्वाङका खेलाडीहरूले दुई वर्ष अगाडी जिल्ला स्तरीय फुटबल प्रतियोगितामा उपाधि उचालेका थिए । जेसीजले आयोजना गर्ने अन्तर माध्यमिक विद्यालय स्तरीय फुटबल प्रतियोगिताको उपाधि पहिलो पटक जिल्ला सदरमुकाम भन्दा बाहिर गएको थियो । त्यो समय खेल्ने खेलाडीहरू कहाँ पुगे कुनै लेखाजोखा छैन । फुटबल खेलमा म्याग्दीबाट ए डिभिजन लिग सम्म पनि खेलाडी पुगेका छन् । दोरन शेरचन तथा प्रविण हमाल जस्ता खेलाडीहरू माथिल्लो तहमा पुगेका थिए तर ती सबै आफ्नै बलबुतामा ।

स्थानीय तहले रणनीति निर्माण गरेर खेल पूर्वाधार तथा खेलाडी उत्पादनका लागि योजना बनाउनु सबै भन्दा उचित कदम हुन्छ । त्यसका लागि स्थानीयतहका शिक्षा शाखा, स्वास्थ्य, युवा सेवा, खेल संघ तथा क्लब, महिला प्रतिनिधि, निजी क्षेत्र र गैर सरकारी संस्थाहरू समावेश गरेर कार्यशाला आयोजना गरेर लक्ष्य निर्धारण सहित, प्राथमिकता र वित्तीय स्रोतको पहिचानका लागि धारणा लिएर योजना बनाउन सकिन्छ ।

जिल्लाको खेलकुद विकासका लागि विभिन्न चरणमा काम गर्दा नतिजा राम्रो आउने हुन्छ । त्यसका लागि पहिलो चरणमा स्कुल आधारित कार्यक्रमहरु छनौट गर्दा उचित हुन्छ ।

त्यसका लागि सबै माध्यमिक तथा आधार भुत विद्यालयमा अनिवार्य रूपमा राष्ट्रिय रनिङ शिल्ड शैलीका खेल सप्ताह गर्न सकिन्छ । त्यसका लागि बिद्यालय स्थानीय सरकार र क्लब मिलेर सञ्चालन गरेको खण्डमा प्रभावकारी पनि हुन्छ ।

जिल्ला भित्रका विभिन्न बिद्यालयहरूले विद्यालयस्तर प्रतियोगिताहरू आयोजना गर्दै आएको हुनाले यस प्रकारका खेलकुद गतिबिधिलाइ हरेक स्कुलहरूमा अनिवार्य रूपमै अगाडी बढाएको खण्डमा त्यसले राम्रा खेलाडीको पहिचान गर्न र खेल प्रतिभा निखार्नका लागि पनि राम्रो भुमिका खेल्ने छ ।

स्थानीय तहको अगुवाइ तथा सम्बन्धित खेल संघ एवम् जिल्ला खेलकुद विकास समितिको समन्वयमा खेल शिक्षक तथा प्रशिक्षकका लागि प्रशिक्षक प्रशिक्षण तालिमको आयोजना गरेर अगाडि बढ्नु पर्दछ । प्रशिक्षक प्रशिक्षणका लागि प्रदेश खेलकुद परिषद् तथा स्थानिय तह सँगै राष्ट्रिय खेलकुद परिषद् र खेल संघहरू सँग समन्वय गर्नु पर्दछ । प्रशिक्षक प्रशिक्षणका लागि स्थानीयतहले नै आर्थिक ब्ययभार ब्यहोर्नेगरी गरिनु नै उचित हुनेछ ।

जिल्ला भित्र खेलकुदका पूर्वाधार कमी रहेको अवस्था छ र त्यो कमी रहेका पूर्वाधार मध्ये भएकालाइ मर्मत गर्ने र सम्भावना रहेको ठाउमा निर्माणलाइ ध्यान दिनु पर्दछ । यस्तो गर्दा भएका पूर्वाधार स्तरोन्नती हुन्छ भने नयाँ बन्ने मौका पनि मिल्छ । म्याग्दी जिल्लाको सन्दर्भमा हेर्ने हो भने तीन देखि पाँच वटा खेल मैदान आवश्यक पर्ने देखिन्छ ।

त्यसका लागि बेनी नगरपालिका क्षेत्र भित्र पर्ने रत्नेचौर बेनी खुल्लामञ्च चुत्रेनी र सुर्केमेलालाइ पहिलो चरणमा ब्यवस्थित गर्दै मंगला गाउँपालिकाको लामपाटा कैलासफाँट तथा मालिका गाउँपालिकाकाको छ्यारछ्यारेलाइ पनि स्तरोन्नती गरेर प्रयोग गर्न सकिन्छ ।यी मैदानहरूमा सामान्य मात्र लगानी गरेको खण्डमा ब्यवस्थित मैदान तयार गर्न सकिने हुन्छ ।

नेपाली समाजमा अहिले पनि महिला खेलाडीहरू बाहिर आउन निकै कठिन छ । विद्यालय स्तरमा खेलमा आए पनि त्यस पछि पनि खेलकुदको क्षेत्रमा देखिन निकै कठीन हुन्छ । यसमा म्याग्दी पनि अछुतो पक्कै पनि छैन । त्यसैले खेलकुदको बिकासकालागि समुदायिक क्लब तथा महिला खेल-समूहहरु गठन गरेर अगाडी बढ्न सकिन्छ । त्यस्ता समूहहरू वडा स्तरमानै गठन भएमा राम्रो हुन्छ । त्यसैगरी सामुदायिक खेल क्लबको स्थापना एवम् महिला तथा किशोरीलाई लक्षित गर्न अलग महिला र खेलकुद जस्ता कार्यक्रमहरू तय गरेर सञ्चालन गर्दा खेल प्रतिभा पहिचान र निरन्तरतामा सहजता प्राप्त हुन सक्छ ।

सामान्य उदाहरणको रूपमा लिन सकिने केही मान्यताहरू हेर्दा दोभान युथ क्लबले बेनीमा छात्रा फुटबल आयोजना गर्दै आएकोमा गत वर्ष देखि लायन्स क्लबले जिल्ला स्तरीय छात्रा फुटबल गर्न थालेको छ । यसले पनि छात्राहरूको फुटबलमा रूची बढाएको छ । यस्तै प्रयासहरूलाइ बढाउँदै लैजाने हो भने खेल प्रतिभा प्रस्फुटनका लागि सहजता सँगै निरन्तरताले पनि माथिल्लो तह सम्म खेल्ने खेलाडी तयार हुन मद्दत गर्छ । दोभानले खुल्ला प्रतियोगिता गर्ने गरेको भए पनि लायन्सले भने जिल्ला स्तरीय प्रतियोगिता गर्दा जिल्लाको खेल प्रतिभा पहिचान र त्यसलाई अभ्यास गर्नमा थप मद्दत पुग्न सक्ने देखिन्छ । तर त्यसलाई जिल्लामा मात्रै सिमित नभएर प्रदेश तथा केन्द्रीय स्तर सम्म पुगाउनु पर्ने पनि देखिन्छ ।

त्यसैगरी ट्यालेन्ट हण्ट गरेर पनि खेलाडी पहिचान गर्न र बिकास गर्न सकिन्छ । नेपाल क्रिकेट सँघले आयोजना गर्ने नेपाल प्रिमियर लिगका लागि ८ वटै टिमहरूले यस्तै खेलाडी पहिचान गरेर टिममा राख्ने गर्दछन् । जिल्लामा पनि खेलाडी पहिचानका लागि यस्तो गतिबिधि गर्न सकिन्छ । त्यसका लागि प्रत्येक वडा भित्र पुगेर विद्यालयबाट मासिक वा त्रैमासिक रूपमा पहिचान गरी १२ देखि १८ वर्ष समूहमा खेलाडी सूची बनाएर स्थानियतह स्तर वा जिल्ला स्तरमा तालिम शिबिर राखेर उनीहरूको खेल प्रतिभालाइ निखार ल्याउन सकिन्छ ।

उत्कृष्ट खेलाडीलाइ सम्बन्धित सरकारी निकाय सँग समन्वय गरेर छात्रबृत्ती ब्यवस्था गरिनु पर्छ । कतिपय निजि विद्यालयलहरूले खेलाडीलाई छात्रबृत्तीमा पढाउने गरेको भए पनि त्यसलाई विकेन्द्रीत मात्रै नभएर सबै तह र तप्कामा अनिवार्य गरिनु नै आवश्यक छ ।

जिल्लालाइ प्रशिक्षण केन्द्र र कोचिङको हबको रूपमा पनि बिकास गर्न सक्ने धेरै सम्भावनाहरू रहेको छ । यसका लागि सदरमुकाम वरपर नै खेल पूर्वाधार निर्माण गर्न सकिने तथा हाइअल्टिच्युट ट्रेनिङ पनि गर्न सम्भव भएको हुँदा म्याग्दीलाइ यसको केन्द्र बनाउन सकिन्छ । खासगरी फुटबल, भलिवल, एथलेटिक्स, फुटसल, मार्सलआर्टका खेलहरू स्कुलदेखि खुला सबै प्रकारको स्पष्ट क्यालेन्डर बनाएरै गर्न सकिन्छ । त्यसका लागि प्रतियोगिता सञ्चालन गर्ने र सो समयमा स्थानीय ब्यवसायी होटेल पर्यटनसँग स्पोन्सरसिप ब्यवस्था गरेर पनि अग्रसर हुन सकिन्छ ।

यतिमात्रै नभएर म्याग्दी भनेको साहसीक खेलका लागि पनि राम्रो स्थान हो । म्याग्दीमा कालीगण्डकी र नदी पर्यटकत्व सम्बन्धी रेफ्टिङ तथा कायाकिङ र ट्रेल-रन हाइकिङ-रन विकास गरेर पर्यटनसँग जोड्न सकिन्छ ।

खेलाडीको अवस्था बिगत र वर्तमान

नेपालका लागि पहिलो सबै भन्दा माथिल्लो पदक भनेको एसियाली स्तरको खेलमा स्वर्णपदक हो र त्यो पदक पनि म्याग्दीको खेलाडीले हात पारेका हुन् । म्याग्दीको रघुगंगा गाउँपालिका ६ पाखापानीका जगतप्रसाद गौचनले सन १९८० को दशकमा पाएको त्यो पदक अहिले सम्मकै ठुलो पदक हो । उहाँले आफ्नो प्रतिभा सहित खुकुरी मार्सलआर्ट शुरू गर्नु भएको छ । त्यसैगरी बिक्रम सम्बत २०४० को दशकमा बक्सीमा एकछत्र राज गर्नुभएका मंगला गाउँपालिकाका मानबहादुर बुढाथोकीले जिल्ला तथा अञ्चल र बिकास क्षेत्रको प्रतिनिधित्व गर्दै धेरै खेल खेले पनि देशका लागि पदक जित्ने धोका भने पुगेन । २ वर्ष अगाडी निधन भएका बुढाथोकीले आफ्नो खेल जिवनमा एक पटक मात्रै भए पनि देशको जर्सी लगाएर कोर्टमा उत्रने धोको भएपनि आफूलाई मौका नदिएको गुनासो गर्नुभएको थियो ।

पछिल्लो समय आर्चरीका जुलुक पुन, भलिबलकी कमला पुन, अरूणा शाही, भारत्तोलनकी तारादेवी पुन, उसुकी विन्दु पुन हाल पनि राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय खेलमा सक्रिय नै हुनुहुन्छ । तर धेरै खेलाडीहरू बिस्थापित भएको अवस्था छ । उसु खेलाडी अनिस अर्मजा खेल जीवन त्यागेर प्रहरीको असइ हुनुभएको छ । त्यस्तै राष्ट्रपति रनिङ शिल्ड तथा राष्ट्रिय खेलकुदमा समेत सभागी भएका समिर किसान खेल क्षेत्रबाट करिब बाहिर हुनुहुन्छ । कराँते तथा तेक्वान्दोका पुराना खेलाडीहरू पनि खेल क्षेत्रभन्दा बाहिर छन् । कराँतेका मार्सल गर्बुजा, सुमन बानियाँको अवस्था पनि अन्यौल छ । त्यस्तै तेक्वान्दोका खेलाडी सुनिद बागदाश तथा राजकुमार परियार अहिले बिदेशीनु भएको छ ।

म्याग्दीबाटै खेलमा पहिचान बनाउनु भएका म्याराथन धावक सिद्धान्त अधिकारी, भलिबलका झमानसिंह नेपाली जस्ता खेलाडीहरू विभागिय टिममा भएको कारण टिक्न सक्नु भएको छ भने अन्य खेलाडीहरू पलायन प्राय भएको अवस्था छ । म्याग्दीका उसु प्रशिक्षक भागिरथ कँडेल जिल्लाबाट बिस्थापित हुनुभएको छ । उसुमै ८ सेकेण्डमै नकाउट गरेर राष्ट्रिय रेकर्ड बनाउन सफल सुशिलकुमार श्रेष्ठ पनि अहिले खेल भन्दा बाहिर ब्यापारमा हुनुहुन्छ ।

म्याग्दीकै भलिबल खेलाडी हाल गण्डकी प्रदेश खेलकुद परिषद्मा प्रशिक्षक रहनुभएकी कौशिल्या खत्री पनि जिल्ला बाहिर हुनुहुन्छ । उहाँले यही क्षेत्रमै काम गरेको भए पनि उहाँको उपस्थितिलाइ फाइदा जिल्लाले लिन सकेको छैन ।

नेपालकै वर्तमान अवस्था हेर्ने हो भने कुनै पनि खेलकुदमा यदि पदक आउँछ भने त्यो मार्सल आर्ट हो । तर त्यसमा पनि उचित लगानी भन्दा पनि सामान्य लगानी पनि राज्यको तर्फबाट जोडीन सक्यो सकेन भन्ने अवस्था छ । जिल्लाकै अवस्था हेर्ने हो भने हाल सम्म प्रदेशबाट केन्द्रिय स्तरका लागि मार्सल आर्टबाटै धेरै छानिने र पदक पनि त्यही बिधाबाट आउने गरेको छ । तर राज्यको तर्फबाट लगानी हेर्ने हो भने त्यही क्षेत्रमा कम देखिन्छ ।

त्यसैले खेलाडी र खेल बचाउने हो भने खेलकुद र खेलाडीको प्रोत्साहनमा लाग्नै पर्छ । यदि त्यसो गरिएन भने खेल र खेल सम्बन्धी नाम रहन सक्ला तर खेलाडी नरहन पनि सक्छन् ।

साताको तस्बीर

फोटो क्याप्सन :-
१) बेनी नगरपालिका ३ भकिम्लिको सिममा लटरम्म फलेको किबि । लालबहादुर पुनले लगाउनु भएको २५० बोट किबिले अहिले फल दिएका छन् । उहाँले वार्षिक रुपमा झण्डै ३० क्वीन्टलल किबि बिक्री गर्नेगर्नु भएको छ ।

तस्बीर : अमृत बास्कुने

बागवानी ....

सोच/अबधारणाले जग्गा छनौट देखि अन्य जग्गा प्राप्तिका विभिन्न चरण र प्रकृयाहरू पार गर्दै शुक्रबार उक्त कार्यले मुर्तरूप प्राप्त गरेकोमा लोघेकर दामोदरकुण्डका बासिन्दा साथै शीतोष्ण बागवानी विकास केन्द्र मार्फा पनि निकै उत्साहीत छ ।

शीतोष्ण बागवानी विकास केन्द्र मार्फाका प्रमुख आत्रेयले जग्गा प्राप्तीका शिलशिलामा साथ र सहयोग गर्नेहरू प्रति बागवानी केन्द्रले यो गुण कहिल्यै नभुल्ने बताउनु भयो । उहाँले लोघेकर दामोदरकुण्ड गाँउपालिका, जिल्ला प्रशासन कार्यालय मुस्ताङ्ग, मालपोत कार्यालय मुस्ताङ्ग, नापि कार्यालय मुस्ताङ्गको पनि निकै महत्वपूर्ण सहयोग मिलेको बताउनुभयो । साथै राष्ट्रिय फलफूल विकास केन्द्र, कृषि विभाग, कृषि तथा पशुपन्छी विकास मन्त्रालय, भुमि ब्यवस्था सहकारी तथा गरिबी निबारण मन्त्रालय, भुमि ब्यवस्थापन तथा अभिलेख बिभाग, भुमि सुधार तथा ब्यवस्था मन्त्रालय, नापी विभाग एवं सम्पुर्ण कार्यालयको सहयोग बिना यो काम नहुने उहाँको भनाई छ ।

अबको ५० औं वर्ष सम्म पनि सितोष्ण हावापानीमा हुने फलफूल तथा तरकारीको बिउ तथा बिरूवा उत्पादनमा मुस्ताङले आफ्नो मजबुती कायम राख्नेमा विश्वस्त रहेको आत्रेयको भनाई छ ।

तल्लो मुस्ताङको थासाङ गाउँपालिकास्थित घाँसा क्षेत्रमा ३० वर्ष अगाडि स्याउ खेती हुने गरेकोमा अहिले स्याउको बोट समेत भेटाउन मुस्किल हुने गरेको अवस्थामा जलवायु परिवर्तनका कारण भविश्यमा हुनसक्ने असरलाई मध्यनजर गरी उपल्लो क्षेत्रमा समेत स्याउ खेती विस्तारलाई प्राथमिकता दिएको प्रमुख आत्रेयको भनाइ छ ।

गाउँपालिकाले स्थानीयलाई कृषि खेतीमा आकर्षित गर्न यन्त्र, उपकरणसहित विभिन्न अनुदानको सुविधा दिएको अध्यक्ष बिष्टको भनाइ छ । हाल घमीगाउँमा साढे ८ सय रोपनीमा स्थानीयले स्याउ खेती गरेका छन् ।

करिब ४३ घरधुरीले सामूहिक तथा एकल लगानीमा परीक्षणका लागि लगाइएको स्याउ खेती सफल भएपछि अहिले धमाधम खेती विस्तार भइरहेको छ । लोघेकर दामोदर कुण्ड गाउँपालिकाको वडा नं २ सुर्खाङको ध्येगाउँका २६ घरधुरीले १२ सय रोपनीमा स्याउ खेती गरेका छन् । जलवायु परिवर्तनका कारण गाउँमा पानीका मुहान सुक्दै गएपछि थामजुङमा बसाइ सरेको थिए । ध्येगाउँ समुद्री सतहदेखि करिब ४ हजार मिटर उचाइमा छ । उपल्लो मुस्ताङमा ताङ्वे, याराघारा लगायतका क्षेत्रमा स्याउ खेती गरिएको छ । उपल्लो मुस्ताङमा सिचाई लगायत विभिन्न समस्याका कारण सयौं हेक्टर जमिन अझै बाँझो छ । लोघेकर दामोदरकुण्ड र लोमान्थाङ गाउँपालिकाले स्याउ खेतीलाई प्राथमकिता दिएर विरुवा तथा उपकरण र तालिम दिने गरेका छन् ।

तल्लो मुस्ताङको थासाङ, घरपझोङ, वारागुङ मुक्तिक्षेत्र गाउँपालिमा हुने स्याउ जलवायु परिवर्तनको असर स्याउ लगायतका फलफुलमा समेत देखिने गरेको छ । हाल मुस्ताङमा समुन्द्री सतहबाट २६ सय देखि ३६ सय मिटर उचाईसम्म स्याउ खेती हुने गरेको छ । मुस्ताङको मार्फास्थित शीतोष्ण बागवानी विकास केन्द्र विसं २०२३ मा स्थापना भएको केन्द्रका चारवटा ब्लकमा ३५ प्रजातिका स्याउको बिरूवा छ । कृषि ज्ञान केन्द्र मुस्ताङका अनुसार उत्पादन बढेसँगै यसवर्ष १ अर्ब १० करोड २३ लाख ७० हजार रुपियाँको स्याउको कारोबार भएको छ । मुस्ताङमा ८ सय ८२ क्षेत्रफलमा स्याउ खेती गरिएकोमा स्थानीय प्रजातिको रोयल, रेड, रिचारेड र गोल्डेन स्याउ र फुजीमा ८ सय ३२ हेक्टर तथा उच्च घनत्वको (हाइब्रिड) ६० हेक्टरमा रहेको छ ।

लक्ष्मी जननी मिडिया हाउस प्रा.लि. द्वारा प्रकाशित म्याग्दी नेपाल साप्ताहिकका लागि अध्यक्ष/प्रकाशकः अमृतप्रसाद पौडेल (अमृत बास्कुने)
सम्पर्कः ९८५७६४०२६६, ९८०५१२३०००, इमेल :erupse@gmail.com, कार्यालय, बेनी नगरपालिका ८, बेनी म्याग्दी, सम्पादकः तुलसी सुवेदी